TANATOLOGÍA

El camino de regreso a casa

una mirada integrativa

María Cristina González Moreno

Escriba
ESCUELA DE ESCRITORES

Tanatología. El camino de regreso a casa una mirada integrativa

María Cristina González Moreno

Primera edición: Enero, 2026
Maracay, Venezuela
Depósito Legal: **AR2026000002**
ISBN: **978-980-454-042-4**

Reservados todos los derechos conforme a la Ley
Se permite la reproducción total o parcial del libro, siempre que se indique expresamente la fuente

Portada: Copilot AI
Formato Electrónico: Nohelia Alfonzo
Revisión General: Crisálida Villegas

Colección de Prácticas de Salud Colectiva
Serie Saberes y Algo más
Volumen 7, Número 1, Año 2026

Es una publicación correspondiente a la colección de libros arbitrados del Sello Editorial Escriba. Escuela de Escritores, dirigida al público general que tiene como propósito divulgar saberes sobre prácticas de salud colectiva

Escriba ESCUELA DE ESCRITORES

AUTORIDADES

Crisálida Villegas

Presidente – Directora General

Nohelia Alfonzo

Directora Académica

Rosa B. Pérez

Secretaria

COMITÉ EDITORIAL

Sandra Salazar (FEREDIT, Venezuela)

Luisa García (UNERG, Venezuela)

Raquel Peña (UNERG, Venezuela)

Rosy León (REDIT, Chile)

Ibaldo Fandiño (UNIATLÁNTICO, Colombia)

Claudia Zuriaga (UIDE, Ecuador)

ÍNDICE DE CONTENIDO

		pp.
	Epígrafe	5
	Agradecimiento	6
	Presentación	8
I.	La muerte. Entretejiendo mis anclajes	11
II.	Entre el siendo y el ser. develando discrepancias	19
III.	Tanatologia: Bases onto epistémicas. hurgando en los recodos de la vida-muerte	31
IV.	Tanatología: Pluridimensionalidad de la mirada integrativa	167
V.	Las necesarias aproximaciones. visibilizando avances y desafíos	276
	Referencias	285

EPÍGRAFE

Si tienes el valor de estar junto al moribundo y respetas su silencio, entonces el moribundo te estará enseñando lo que es la vida y lo que es la muerte. Es más, te estará preparando para tu propia muerte y ese será su regalo de despedida para ti.

Elisabeth Kübler Ross (1)

AGRADECIMIENTO

Debo agradecer profundamente al Dr. José Sánchez y al Psicólogo Juvenal González, quienes confiaron en mi abriéndonos caminos para cursar el diplomado de Salud Mental. Experiencia invaluable que me permitió sanar desde la alegría y la solidaridad. Desde el silencio y la algarabía. Desde el baile y el pan compartido. Desde la reflexión y la autoconsciencia. Desde el canto y las lágrimas de emoción. Desde cada uno de los personajes interpretados en cada montaje teatral. Desde los encuentros y desencuentros.

Sería injusto de mi parte, no agradecer profundamente a cada uno de los cursantes del diplomado. De cada uno me llevo grandes aprendizajes fueron con sus particularidades, los espejos que necesitaba para mirarme y reconocerme en mi luz y en mis oscuridades.

Cada facilitador fue el ingrediente mágico para convertir cada espacio, en la perfecta fiesta de las palabras. El perfecto escenario para convocar la autoconsciencia y traducirla en permanente reflexión de vida. Gracias a todos y a todas por tan invaluable experiencia. siempre en mi corazón.

PRESENTACIÓN

Abordar la mirada tanatología, implicó todo un recorrido epistémico desde los albores de los tiempos sin tiempo hasta enfrentar el proceso vida-muerte en los tiempos post humanos. Con el propósito de visibilizar los sellos construidos en torno a los procesos de vida-muerte. Surge una interrogante central que guía la partitura del texto que se presenta a la consideración de la comunidad en general ¿Como ha sido la construcción ontoepistémica de la Tanatología desde una mirada integrativa?

El libro está estructurado en seis sonatas inconclusas. La primera, Entretejiendo mis anclajes: La Segunda, Entre el siendo y el ser. Develando discrepancias. Tercera, Bases ontoepistémicas. Hurgando en los recodos de la vida-muerte. Cuarta, Tanatología. Pluridimensionalidad de la tanatología desde una mirada integrativa. Por último, la Quinta,

Las necesarias aproximaciones. Visibilizando avances y desafíos.

Dentro de las grandes reflexiones que se desprenden de todo este recorrido se puede señalar, la acción terapéutica tanatológica, tiene que contar con una mirada multidisciplinaria que pueda abordar la complejidad de emociones y sentimientos que afloran en los procesos de vida- muerte y en cualquier tipo de perdidas. El respeto y rescate de la dignidad humana deben ser los faros que iluminen el trabajo tanatológico.

La acción terapéutica tanatológica exige preparación personal y experticia para el abordaje integral e integrador del proceso vida- muerte. A lo largo de todo el proceso civilizatorio, la muerte asumió un carácter socio antropológico expresado en las diversas prácticas funerarias.

Una interesante reflexión ha sido su olvido o su trato tangencial, en los diseños curriculares de las escuelas de medicina. El proceso vida- muerte se convirtió en un asunto incomodo, se esquiva hablar

de ello por considerarse un fracaso, generando temores frente a la pretendida representación que se ha construido sobre lo infalible del saber en salud.

I. LA MUERTE. ENTRETEJIENDO MIS ANCLAJES

La muerte, entre otros anclajes, siempre ha estado presente como la musa que le ha puesto color a mis fantasías. Mis recuerdos aterrizan en el patio grande de la casa materna, entre gallinas, gallos, palomas, pájaros y perros propios y ajenos; quienes se convertían en personajes fantasmagóricos dependiendo de las historias del día. Allí surgían interminables juegos y escenas teatrales donde los niños del barrio, nos reuníamos a darle rienda suelta a nuestras fantasías.

Recuerdo con mucha emoción, los entierros que planificábamos con los ratoncitos bebes una vez que eran sofocados en las pequeñas poncheras. Yo planificaba cuidadosamente todo el ritual. Se preparaban las mini urnitas con pequeñas cajitas que armábamos y decorábamos con crucecitas hechas con palillos de fósforos. Mi mama quien era la costurera del barrio guardaba retazos en un gran

cajón lo que nos facilitaba elaborar la ropita de nuestros bebes fallecidos y poder escoger colores y texturas a nuestro antojo. El guion se planificaba de acuerdo con las fantasías de cada uno.

Yo, al mando de todo el ritual identificaba quienes iban a cargar las urnas, quienes iban a llorar, los que abren los huecos, los que cuentan alguna hazaña de los pequeños bebes fallecidos, los que preparan el café y reparten las galletas. El cura no podía faltar, quien, con su gran sotana hecha de papel periódico, los enviaba en sus rezos de inmediato al mismísimo cielo. En esa magia, podíamos pasar horas enteras, días completos ensimismados en nuestro ritual. Tenernos en el patio, aseguraba a nuestras mamas que no iríamos a la calle a la guerra de almendrones, o a recoger cuanta pepa caía para reinventar las horas.

La muerte en mi barrio, siempre significo el gran encuentro vecinal: fiesta, cuentos y, por supuesto, música y ron. Los primeros en llegar a la casa del velorio, siempre éramos nosotros: los niños. Era el

mejor acontecimiento para lucir nuestras mejores ropitas, los zapatos pepito, las medias maricelita, los shorts y las franelas recién lavadas. Siempre esperábamos con mucha atención el reparto de las galletas, el chocolate caliente y los trocitos cuadrados de queso con su respectivo palillito. Toda una delicia…

A mí me encantaba mirar al fallecido en su urna, todo lo detallaba cuidadosamente: su rostro, sus manos, su ropa y sobre todo las estampitas que siempre se colocaban en el vidrio. Luego, ponía mucha atención a las historias que los vecinos contaban sobre él o la fallecida. Tomaban ron, anís, cerveza y mojaban la palabra con interminables chistes de todo color. Las mujeres, incluyendo a mi madre, entre rezos y rezos se contaban interminables chismes. No faltaba la música, el canto o las impertinencias de los borrachines del barrio.

Cuando moría un niño/a, era el gran acontecimiento. Siempre me impresionaron los ojitos abiertos de los niños fallecidos, sostenidos con

palillos para que no se perdieran entre tantas estrellas y luceros. Nos vestían de colores pasteles, con unas pequeñas mortajitas que mi madre cosía para todo el cortejo. Además, se preparaban sendas alas forradas con papel de seda y una pequeña coronita de flores de papel, para adornar la cabeza. Indumentaria obligatoria para el acompañamiento del funeral. Era un orgullo estar en el cortejo. Se nos pintaba la boca y se nos sonrojaban las mejillas, los propios angelitos de barrio.

Del patio grande de la casa materna, pasábamos al cementerio La Primavera, nuestro otro patio de juegos, donde la magia afloraba sin pedir permiso. Allí pase las mejores horas de mi inquieta niñez. Atravesar la calle y saz…entre cruces, coronas y mausoleos armábamos las más inolvidables historias. Cada uno escogía sus sendas tumbas, siempre en los predios donde se enterraba a la gente pobre. Eran nuestras tumbas predilectas, no tenían flores y estaban siempre muertitos de sed y muy tristes.

La gente rica estaba al otro extremo del camposanto, descansando entre mausoleos y vistosas tumbas con ángeles, figuras de santos y otras simbologías. Allí no nos gustaba ir, solamente para pedir prestadas algunas coronitas. Todo estaba bien bonito, había agua y muchas flores. Nuestros muertos eran pobres y gozaban de todo nuestro cariño y atención: agua, limpieza, coronas, flores y precisas recomendaciones.

La primera incursión era ir al barrio de los acostados con dinero, allí siempre había abundantes coronas con flores bien bonitas. Tomábamos en préstamo algunas coronas pues siempre estaban apilonadas, la gente rica gastaba mucho dinero en suntuosos arreglos, yo creo que competían….

En tropel para no ser vistos por el malhumorado guardián de turno; depositábamos nuestro más preciado regalo a nuestros silentes y humildes amigos del más allá. Terminadas las labores de ornamento y limpieza, cada uno tenía que contar la historia de la muerte de sus deudos putativos o

cualquier mensaje que deseaban transmitir. Los míos siempre se morían de una puntada, de un pasmo o de hambre, en esa época también había hambre. Los niños se morían de lombrices y de ataques de asma, los viejos de achaques diversos y los más jóvenes, a manos de la policía todos coincidíamos que habían robado.

Entre relato y relato, íbamos intercambiando pesares, dolores y enfermedades. La muerte se nos convirtió en una mágica e inolvidable historia sin fin. Despedirse significaba recordarles algunas recomendaciones a nuestros amigos del más allá: "Cuida tu corona, asusta al que te la quiera quitar, toma agua, no salgas de noche pues los carros te pueden atropellar y no comas mucho jobo pues tendrás mucha fiebre y te puedes volver a morir" …

Rosa, Margarita, Eustasio, Félix, Juan de Dios, Pedro y mil nombres que mi recuerdo guardó en otras páginas, para evocarlos cuando en algún momento me encuentre de nuevo con ellos. Una vez atendidos y cuidadas las moradas, escogíamos otro

sector a ser incorporado en nuestros relatos y cuidados. Y así, pasábamos nuestras tardes entre cantos, cuentos y fiebres inducidas por colocar jobo en nuestras axilas. Llegar con fiebre a nuestras casas, significaba que al día siguiente no había escuela y todos felices…La gran complicidad…

Ese gusto por la muerte ha estado en mi mochila de viaje y cada vez que piso un cementerio, camino entre tumbas y escojo la que más llame mi atención para volver a recrear mis eternas historias y mis entretejidos anclajes.

Tengo algún tiempo ayudando a bien morir, mi amiga María Araujo me acompaña con su clarividencia para preparar el momento de la partida y acompañar amorosamente el camino de regreso a casa. En la actualidad, encontré en este diplomado de Salud Mental, unos soñadores dispuestos a sembrar esperanzas y a brindar consuelo en estos momentos trascendentales de la vida: Leida, Yipci y José Gregorio unos magos de la palabra, con las manos extendidas y el palpitante para acunar y

celebrar la vida, cuando se mude de lugar y se convierta en polvo de estrellas…

II.ENTRE EL SIENDO Y EL SER. DEVELANDO DISCREPANCIAS

"La especie humana es la única para la que la muerte, está presente durante toda su vida (2). Aproximarnos a las discrepancias entre el siendo y el ser, nos acerca a la situación problematizadora. Estamos viviendo una revolución paradigmática de grandes y profundos cambios en los saberes en salud en estos tiempos de resignificación de la ciencia. Los humanos y humanas, somos un campo multidimensional de información bioquímica, bioeléctrica, magnética, emocional, espiritual, epigenética para poder aproximarnos a comprender e interpretar el complejo proceso salud- enfermedad- vida- muerte.

La hegemonía del modelo biomédico ha desplegado desde hace más de tres siglos una mirada fundamentada epistemológicamente hablando; en el paradigma newtoniano – cartesiano con una base muy bien consolidada en el determinismo causa – efecto. Mirada lineal

afianzada en el dualismo cartesiano donde mente y cuerpo, son dos entidades separadas y por ende, el proceso vida-muerte son meras circunstancias. El discurso médico, se posesiona de los signos y síntomas del cuerpo humano expropiándolo de todo ese mundo experiencial y olvidando por completo la multidimensionalidad de la vida- muerte donde lo corporal, lo intuitivo, lo afectivo, lo místico, lo ético, lo estético, lo espiritual están en una permanente relación sinérgica.

De lo que se trata, es de ir más allá de lo aparente para recobrar los sentidos perdidos cerrándole el paso al pensamiento lineal, como el único camino posible de acercamiento al otro, a los otros /as cuando atraviesan procesos de vida-muerte. En este orden gnoseológico, el proceso vida- muerte está sedimentado en un modelo consumista y resolutivo por excelencia. El cuerpo medicalizado, enfermo o llevado a enfermar; se convierte en el motor que sedimenta el modelo bio-medico. La muerte y la persona que la vive, no son

mirados desde la integralidad. La subjetividad ha sido totalmente ignorada y satanizada por el saber y la práctica médica en la modernidad. La muerte se vive en soledad y en anonimato social.

El modelo en referencia se identifica por su gran concentración de poder poseedor de un discurso cerrado, individualista, uniforme, universalista, mercantilista, medicalizado, pragmático, biologicista, cientificista y altamente dependiente de la tecnología. Razones estas que explican su ceguera, al no tomar en consideración la multidimensionalidad- transcompleja del proceso la vida-muerte en todas sus dimensiones.

La racionalidad científica gobierna los procesos cognitivos, el régimen de representaciones y la producción de sentido. El discurso científico asumido en el espacio de medicalización del cuerpo humano; descalifica otras formas de conocimiento no admitiendo modelos alternativos para acompañar los procesos de vida- muerte. La medicina y las relaciones que esta impone en cuanto a las formas

de pensar y tratar nuestro cuerpo; se han ido configurando en un mecanismo de control sobre los individuos y a la postre; como uno de los más importantes ejes sobre los que se articula cierta homogeneización del comportamiento.

La validez científica del conocimiento médico se basa en la objetividad, la racionalidad, la coherencia interna, la verificabilidad, la sistematicidad y la neutralidad cuestiones que están hoy bajo sospecha. No hay palabras neutras, no hay producción de conocimiento neutro, no hay hechos neutros. A todas luces, el modelo hegemónico que guía el saber en salud; ha seguido a pie juntillas la lógica lineal y unidireccional de la razón tecnocrática de la ciencia moderna, cuando se trata de abordar la vida-muerte.

El lenguaje científico que sustenta el modelo en referencia permite la unificación conceptual de la relación vida-muerte y, a su vez, se traduce en un instrumento de poder y de apropiación en todas sus más profundas y multidimensionales

manifestaciones psico emocionales. Al ser expropiado el cuerpo, la muerte corre el mismo destino quedando cosificada y excluida del debido cuidado, atención y respeto. Todo ese aparataje conceptual que durante siglos en el campo del saber y la práctica médica creímos riguroso; hoy resulta insuficiente y totalmente inacabado para comprender la complejidad a la hora de enfrentar el proceso vida-muerte.

La vida-muerte totalmente descontextualizada y a espaldas de esa comprensión ontológica y teleológica; hoy reclama un nuevo zeigeist, pidiendo a gritos que esa ratio técnica propia del saber y la práctica médica; se vuelva flexible y humana donde la vida-muerte comience a verse dentro de una perspectiva dialógica transcompleja, como un proceso sinérgico de reflexión- acción- reflexión.

En otras palabras, donde nada se dé por sentado y donde la mirada nomotética e ideográfica permitan entender que los procesos de vida- muerte son tiempos vividos y experimentados de manera

subjetiva e intersubjetivamente. La historia y la historicidad conforman espacios fundamentales para interpretar y comprender lo que se vive cuando no se vive.

De lo que se trata, es lograr una sinergia entre lo racional- instrumental y lo subjetivo construido, con las incertidumbres, con el orden y el caos, con lo inacabado, con lo imaginario, con lo biológico, con lo espiritual, con lo emocional, con lo atemporal para poder interpretar como son vividos estos procesos de vida- muerte desde el respeto y el reconocimiento a la dignidad humana.

Sin lugar a duda, la idea de un conocimiento científico absolutamente verdadero y definitivo, ha sido abandonado por casi todos los/as epistemólogas en las últimas décadas. Todo un rechazo al modelo especular en salud, donde se considera al ser humano en proceso de muerte y a todo su núcleo familiar; como entes pasivos, sin historia, sin contexto y sin historicidad. Las capacidades energéticas del paciente no existen, su

poder de auto regulación está totalmente desactivado, el poder de la mente y la fe son satanizados en fin… unos cuerpos a la deriva, suspendidos y condenados a la entropía degradante de la distante mirada médica.

Sin lugar a equivocarnos, estamos frente a una crisis de los fundamentos del conocimiento científico, del logos científico tradicional atomista, elemental, individualista expresión del modelo físico-newtoniano. La apoteosis de la razón ha sido cuestionada por su incapacidad para aproximarse a la multidimensionalidad del ser y su vida de relación (3).

Se hace necesario, entonces, incorporar toda una dialógica recursiva que posibilite la implementación de todo un equipaje gnoseológico para acompañar la buena muerte desde otras perspectivas onto semióticas; donde lo dialógico se convierta en el camino- método para acompañar el bien morir desde una mirada integrativa. Cuando hablamos de una buena muerte, se entiende que es

la apropiada no solo para el que muere, sino también para todo el núcleo familiar y social.

En este orden de ideas, la distancia entre el siendo y el ser implican una redefinición del modelo medico hegemónico cuando de enfrentar la vida-muerte se trata. Todo un cambio de paradigma que retome el bien morir en equilibrio, en paz, en armonía y en absoluto respeto. Todo ello implica, una profunda modificación de la visión parcelada del modelo disciplinar de formación; hacia un posicionamiento transdisciplinar y transcomplejo con profundo sentido ético. He allí el gran desafío que tienen nuestras universidades cuando de la formación sobre la vida- muerte se trata. Esa distancia entre el siendo y el ser, tiene como se ha señalado mucho que ver con los procesos formativos en nuestras escuelas de medicina.

Cuesta diagnosticar el sufrimiento, en parte, por la ausencia de un marco académico que permita abordar lo subjetivo dentro de la mirada integrativa-transcompleja. Lamentablemente, el modelo

especular de la ciencia médica excluyo todo aquello que se ubicara fuera de la lógica de la comprobación científica. En este sentido, los profesionales de la salud ignoran el sufrimiento ubicándolo dentro de lo subjetivo, lo no científico. La mirada biomédica interrelaciona la subjetividad subsumida dentro de la realidad clínica exclusivamente; deviniendo en un absoluto rechazo al dialogo y aceptación de otros saberes y sentires.

Formamos profesionales de la salud, totalmente a espaldas de los procesos vida- muerte. Estos procesos suelen ser escasa o nulamente atendidos por no ser considerados dentro de las competencias prioritarias en las mallas curriculares. Por otra parte, la formación lógico-positivista no posibilita que se abran canales onto- semióticos para poder interpretar y comprender el sufrimiento y el dolor frente a los procesos vida- muerte; perdiéndose valiosas oportunidades para interpretar lo vivido, atenderlo y de esta manera, penetrar en la propia naturaleza del ser a fin de poder acceder a niveles

superiores de conciencia. Atender los procesos vida-muerte, son extraordinarias oportunidades para lograr la propia sanación y la trascendencia.

En concordancia con lo planteado, abordar la tanatología desde una mirada integrativa, es la utopía posible para enfrentar el biopoder y sus respectivas marcas disyuntivas y cosificadoras. La palabra deriva de los vocablos griegos: Thanatos - muerte y Logos – tratado. Uno de sus grandes propósitos es aliviar el dolor de la muerte y la desesperanza que trae consigo. “Ayudar a bien morir” será una meta tanatológica cuando la muerte de un paciente está cerca, pero NO es la finalidad principal.

La tanatología tiene como horizonte posible además de proporcionar una muerte digna, acompañar otros tipos de duelo. En otras palabras, humanizar el proceso vida- muerte proporcionando una muerte digna, así como ayudar a los dolientes a elaborar procesos de duelo y estrategias para enfrentar toda esa humana e inevitable

emocionalidad. Desde la perspectiva psicológica, está enfocada a establecer entre el enfermo en tránsito de muerte, su familia y el personal médico que lo atiende; un lazo de confianza, seguridad y bienestar, además de propiciar en el paciente los cuidados necesarios que le aseguren una muerte digna y en paz

La tanatología es una ciencia humana que trabaja con los enfermos terminales, con sus familiares y con cualquier persona que haya sufrido una pérdida (pues cualquier tipo de pérdida produce un duelo). Interviene en todo tipo de crisis brindando apoyo y contención. Está basada en el principio de cuidar más allá de curar. Ayudar a bien morir será una meta tanatológica cuando la muerte de un paciente está cercana, pero "no" la finalidad principal

La tanatología es la disciplina encargada de encontrar sentido al proceso de vida- muerte, de la mano de una metodología humanista que la ha convertido en un arte y en una disciplina. Su objetivo principal está centrado en proporcionar calidad de

vida al enfermo terminal, logrando que sus últimos días transcurran de la mejor forma posible, fomentando el equilibrio de y entre los familiares. Además, se ocupa de todos los duelos derivados de pérdidas significativas que no tienen que ver con la muerte ni con los enfermos terminales (4). En la actualidad está ampliamente difundido el termino talasoterapia como método, el cual tiene como objetivo, brindar al paciente asistencia psicoterapéutica en los procesos de vida-muerte.

Lograr que la muerte sea aceptada como un hecho natural, como parte del ciclo de la vida, es caminar hacia la utopía posible. Para ello se requiere formar desde otra perspectiva onto epistémica, repensando el modelo medico de formación, además de promover en el colectivo, una salud mental que incentive la dignidad humana en todos los procesos de vida-muerte.

III.TANATOLOGIA: BASES ONTO EPISTÉMICAS. HURGANDO EN LOS RECODOS DE LA VIDA-MUERTE

Abordar todo lo referente a la tanatología sus marcas epistémicas, ontológicas, teleológicas implica hacer un recorrido por el proceso vida-muerte como expresión de toda una compleja riqueza socio antropológica; a fin de precisar cómo ha sido construido este proceso desde diferentes momentos de nuestro devenir como especie para de esta manera; poder aproximarnos a esta desde una mirada integradora en estos tiempos de profundas resignificaciones onto epistémicas.

La muerte como existencia final e inevitable del ser humano, va mucho más allá de lo biológico. El carácter misterioso de la muerte ha impresionado en todas las épocas (5), (6). Situación ante la cual, la neutralidad o la indiferencia resultan muy difíciles de sostener. La muerte es un enigma que se siente más que se piensa. A diferencia de otros seres vivos, los humanos/as a pesar de conocer nuestra finitud, nos

resistimos a concientizarla. Nos sublevamos y un sin fin de emociones se hacen presentes jugando un papel bien importante las creencias (7)

A lo largo del proceso de desarrollo onto y filogenético de la especie humana, la muerte siempre ha significado un acontecimiento donde confluyen toda una complejidad de subjetividades y construcciones semióticas; las cuales se revelan como condición ontológica del ser humano (8). Siguiendo con el hilo que teje la red, existe consenso entre los especialistas en torno a la muerte a partir de los estudios paleo antropológicos. Los cambios en la estructura anatómica en los diferentes procesos evolutivos de la especie, el tamaño del cerebro y posteriormente con la aparición del sapiens; la conciencia de muerte se experimenta como un hecho socio antropológico de gran relevancia y de profundos anclajes.

El homo primigenius

El homo primigenius considerado uno de los primeros representantes de la raza humana y cuyos

restos pertenecen a la era cuaternaria, ante la muerte copiaron conductas de los animales. Allí comienza la práctica de cubrir el cuerpo con tierra, esconderlos o lanzarlos al agua. Sin embargo, la visión sobre la muerte en ese periodo evolutivo sigue siendo vaga. El trabajo realizado por los paleopatólogos ha puesto en evidencia rastros de interesantes prácticas ritualistas y mágico-religiosas.

Las tumbas más antiguas que se conocen datan del hombre Neanderthal. Colocaban al muerto en posición fetal o acostado, cubierto con flores lo que sugiere la existencia de ceremonias funerarias. Los restos mortales estuvieron protegidos por piedras y utensilios. La hipótesis de las ceremonias funerarias nos viene igualmente sugerida por su universalidad bajo las formas descritas entre las poblaciones prehistóricas. (9).

El hombre de Neanderthal evidenció una estructura de pensamiento que ubica a la muerte, como una sujeción ineludible de todos los seres

vivos, evidenciado tanto por la presencia de los muertos en el mundo de los vivos como por la conciencia de muerte. Esta, conduce a la construcción de todo un aparataje mágico-mitológico. En otras palabras, afrontar la muerte e integrarla a la existencia.

Desde el paleolítico se multiplicaron las sepulturas y cementerios, dando origen a diferentes rituales funerarios que se convierten en una rica fuente de información sobre las creencias y actitudes de nuestros antepasados (9).“... La novedad sapiens que aporta al mundo no reside, tal como se había creído, en la sociedad, la técnica, la lógica o la cultura, sino en algo que hasta el presente venía siendo considerado como epifenoménico, o ridículamente promulgado como signo de espiritualidad: la sepultura y la pintura” (9).

Las sepulturas y rituales mortuorios dan testimonio de la irrupción de la conciencia de muerte en la comunidad humana, así como también una serie de transformaciones antropológicas que

permitieron y provocaron dicha conciencia. En efecto, desde que el hombre toma conciencia de la finitud de su existencia, la muerte recibe una atención y tratamiento especial valiéndose para ello, de diferentes técnicas que tienen como propósito el embellecimiento y confección de mortajas, embalsamamiento, cremación, necrofagia, momificación, preparación de tumbas, acompañamiento (10)

Se conocen cuatro prácticas para el tratamiento del fallecido: inhumación (tierra), inmersión (agua), cremación (fuego) y exposición (aire). Sin lugar a equivocarnos, frente a la muerte nuestros antepasados tuvieron que lidiar con infinidad fenómenos naturales inexplicables como la luz del sol, la lluvia, los truenos, el viento, los relámpagos, el nacimiento y la muerte entre múltiples acontecimientos de la cotidianidad.

Ante la imposibilidad de encontrar respuestas a tanto asombro, surgieron los hechiceros quienes se encargaron de conjurar los demonios causantes

entre otras cosas, de la muerte acompañada de cantos, danzas, pócimas. Así como la utilización de hierbas alucinógenas. Utilizaron objetos protectores los cuales dieron origen al totemismo y posteriormente a la diversidad de clanes. Los hechiceros se convirtieron en una casta especial desempeñando funciones vitales para acompañar, orientar y esclarecer los misterios de la vida - muerte.

Guiados por una fuerza instintiva, nuestros antepasados fueron incorporando toda una serie de prácticas donde el misterio y el miedo, fueron conformando toda una serie de prácticas ritualisticas alrededor de la muerte, las cuales fueron plasmadas magistralmente en las pinturas rupestres. La percepción de la muerte que emerge en el sapiens se constituye a partir de la interacción de una conciencia objetiva que advierte la mortalidad y una subjetiva que intenta proclamar si no la inmortalidad; al menos, la existencia de una vida después de la muerte. Todo parece indicar que el homo sapiens, siente la muerte como un hecho que produce

ansiedad y cierto horror. Toda esta emocionalidad fue gestionada como se ha señalado a través del mito, la magia y la ritualización (9).

A todas luces, la muerte siempre fue atendida a pesar del asombro que ese momento generó. Como se señala en apartes anteriores, los tiempos prehistóricos caracterizados por un pensamiento mágico la construyeron como una fuerza sobrenatural, un paso hacia otra dimensión. Los rituales siempre fueron la expresión de los relatos que circularon en los diferentes grupos de humanoides. Las excavaciones que se han realizado en diferentes contextos evidencian cantidad de objetos enterrados a ser utilizados en ese viaje al más allá.

En tanto tal, los hechos que acabamos de reseñar dan cuenta de un cierto avance para afrontar ese inevitable momento. Al adquirirse cierta consciencia ya no se piensa en la muerte como un castigo o como un fenómeno mágico; sino como una inevitable realidad que pesa sobre todos los seres

vivos. Realidad que debe ser atendida para asegurar el viaje.

Las investigaciones de Levy Strauss (11), afirman que no hay motivo para dudar de la eficacia de las practicas mágicas frente a la enfermedad y la muerte. El miedo, la incertidumbre, la ira, el dolor fueron emociones claves en los procesos adaptativos para el desarrollo de la especie. En consecuencia, la muerte se encuentra impregnada de múltiples significaciones.

Es posible entonces, establecer a partir de su carácter de signo, una compleja semiología socio-antropológica veamos: supone un complejo sistema de creencias y emociones, genera una enorme riqueza ritual (comportamientos) y moviliza en el grupo social, mecanismos para paliar el daño provocado por la pérdida de sus miembros (creencias, sistemas de pensamiento). La muerte siempre ha sido un acontecimiento complejo, nuestros antepasados atendieron y escucharon al

moribundo hasta el último suspiro siempre desde sus propias cosmovisiones.

Nuestros ancestros

Continuamos este recorrido, focalizando la mirada en las culturas precolombinas en Meso América, lo cual permite establecer algunos aspectos interesantes dentro de la cosmogonía de los pueblos originarios en torno al proceso vida-muerte. Mirada que es necesario precisar, a fin de ir desanudando el hilo que teje la red como entramado integrador de todo este maravilloso y eterno proceso.

En la cultura azteca, la muerte fue asumida con respeto y sin temor, presente en su cosmogonía, en su filosofía, en sus mitos y en sus festividades. Todo giraba alrededor de la dualidad vida-muerte. Los aztecas entendieron que para que existiera la dualidad que indiscutiblemente generaba vida, ellos tenían la responsabilidad de mantener un equilibrio entre los hombres con el universo. Razón por la cual, realizaban sacrificios humanos ya que, de la muerte, surgía la vida.

Pensaban que el ser humano era un ser para la muerte y que todo partía de esta, asumiendo la muerte de manera absoluta. Cuando nacía un niño o niña, las personas que estaban alrededor de la madre, sugerían que no se encariñara demasiado con su criatura porque le pertenecía a Mictlantecuhtli, el señor de Mictlán el lugar de los muertos.

En la cosmogonía de esta cultura, no había una vida después de la muerte. La vida seguía dentro de la muerte y ésta formaba parte de la vida. Para los aztecas, la muerte estaba siempre muy presente no sólo por ser semilla de vida, sino porque formaba parte del día a día. Creían firmemente en sus dioses y les rendían culto a través de sacrificios, ofrendas, esculturas, ritos. Morir representaba una especie de derrota vital.

Según la mitología, el Dios Quetzalcóatl tomaba los huesos y se los llevaba a Tamoanchan, donde la diosa Quilaztli quien representaba el vientre materno los molía. A continuación, Quetzalcóatl se

sangraba el miembro viril y sobre los huesos molidos vertía la sangre espermática para dar de nuevo vida a ese ser humano. Ello explica como la vida seguía dentro de la muerte.

Los que morían de vejez o de enfermedades, iban a Mictlán (el lugar de los muertos). Los guerreros que morían en combate y las mujeres en el primer parto iban a Tonatiuh chan, la casa del sol. Los que se suicidaban o morían por estrangulación iban a Cincalco, la casa del maíz y los que morían ahogados, de enfermedades de la piel o a causa de una mordida de serpiente iban a Tlalocan el lugar de Tláloc, dios de la lluvia.

Las mujeres que morían en el primer parto eran asimiladas a los guerreros muertos en el campo de batalla. Los aztecas no temían a la muerte, la anhelaban. Es importante mencionar que morir en batalla, era visto como un honor ya que daban la vida para satisfacer a los dioses y ofrendar un tributo a la vida misma. La muerte vista desde el punto de vista del sacrificio azteca y contrariamente a lo que pueda

parecer; podría verse como un culto a la vida más que a la muerte misma, ya que, por agradecimiento a los dioses, los aztecas les retribuían con sacrificios (12).

La muerte para los incas era sencillamente el pasaje de esta a otra vida. Nadie se atormentaba frente a esta, porque estaban seguros de que sus descendientes cuidarían de su cadáver momificado o simplemente disecado llevándole comidas, bebidas y ropajes durante todos los años. Lo único que les acongojaba era que pudieran ser quemados o pulverizados, porque eso si significaba su desaparición total. Concebían la reencarnación o transmigración de un sujeto que acababa de morir a otro que recién nacía (13).

El cuerpo era sagrado y como tal, había que cuidarlo y atenderlo. El respeto y cuidado al moribundo representaba todo un ritual de reconocimiento. Los fallecidos eran depositados en cuevas o bóvedas, no se enterraban ni se cremaban ya que el cuerpo debía conservarse para facilitar el

tránsito a su nueva vida. Estaban convencidos que, al exhalar el último suspiro, esa fuerza vital seguía con vida. Creían que en el cadáver seguían latentes muchos atributos del ser vivo: sed, hambre, calor, frío.

Razón por la cual, era importante la conservación del cadáver, lo que resultaba fácil su disecación y momificación. Para que no padecieran de hambre ni de sed, colocaban cercano al muerto vasijas de alimentos y bebidas, cosas que se les continuaba llevando cada cierto tiempo. Tal hecho explica la necesidad de dejar hijos y descendientes para asegurar el abastecimiento permanente al fallecido. Para la cultura incaica, era muy importante el acompañamiento y las atenciones durante el proceso de muerte. Sus cadáveres eran preservados, su conservación significaba seguir viviendo. El muerto era envuelto en telas, dejándole el rostro libre. En otras tribus, se les colocaba una máscara de oro delgado

Con respecto a la momificación del inca, el resguardo de su momia se ubicaba en sus aposentos solariegos, rodeada de sus esposas a fin de preservar su continuidad. No había nada más angustioso que la desaparición de los cuerpos de sus antepasados, o pensar que el propio iba a correr ese triste destino. Los cadáveres recibían cuidados especiales, se los preparaba de tal forma para que se secaran y pudieran conservarse centenares de años.

Los cadáveres eran arropados y colocados en posición fetal (codos entre las rodillas y las manos sujetando el mentón). Estas momias eran llevadas a cuevas naturales o artificiales llamadas machais, ubicadas en cañones y laderas de los cerros rodeándolos con objetos familiares como vajillas, herramientas, comidas y bebidas. Quedaban prácticamente al aire libre y a la vista de todos. Hasta allí acudían sus parientes colaterales y directos, llevándoles alimentos, derramando chicha y colocando hojas de coca en la boca de las momias.

Las momias debían ser cuidadas y conservadas, había que visitarlas por lo menos una vez al año para cambiarles de vestimenta, sacarlos para llevarlos cargados en las espaldas o sobre una parihuela rumbo a la comunidad para danzar con el cadáver. Pensaban que, con este tipo de rito, contribuían a dar bienestar y eternidad. Se imaginaban que los muertos seguían sintiendo casi todos los problemas y necesidades de los seres vivos. A pesar de las desigualdades sociales, los fallecidos se trataban con igual respeto.

La muerte en la cultura Maya no es algo que causara miedo, no significaba el fin de la existencia, sino más bien, un cambio de estado donde lo material se vuelve energía para ubicarse en el mismo espacio, pero en otra dimensión. Una dimensión energética adonde sólo podemos trasladarnos cuando se experimenta la muerte. Se viene a esta vida, para desarrollar la misión que cada uno trae para su comunidad según chumilal, espíritu protector que a la vez que les protege, también les

conduce a lograr su misión de acuerdo con el día de nacimiento según el calendario sagrado (14).

Esta es la razón por la cual, cuando alguno de la familia muere se debe colocar en su caja dinero, ropa, zapatos, así como sus utensilios personales un vaso, un plato o su bebida favorita; todo ello, le serían de mucha utilidad considerando que la muerte es sólo un cambio de estado físico a un estado espiritual, donde también se necesita del apoyo de los que aún permanecen con vida.

El Popol Vuh, libro sagrado de los Mayas, relata que Junajpú e Ixbalanque decidieron como morir, sus huesos fueron molidos y luego tirados al río. Enseguida aparecen en el río como dos grandes hombres-peces y más tarde, aparecen como dos ancianos harapientos ante los señores de Xibalba. Esto nos indica, que morimos tantas veces como nacemos en diferentes lugares de la tierra y mientras mejor seamos en la vida presente, mejoraremos nuestra vida futura para el servicio de la comunidad. La vida después de la muerte se condiciona por la

forma de vivir actualmente y mejora a medida en que aprendemos a vivir de una mejor manera con nuestros semejantes y el universo que nos rodea.

En la cultura Maya muchos señores escogían las plataformas de sus templos como sus lugares de descanso eterno. Estas plataformas se construían para circundar la tumba del gobernante cuando moría, quien era honrado y se le enterraba sentado sobre un ataúd de madera. Lo acompañaban al otro mundo, con ricas ofrendas de cerámica y otros bienes, así como entre uno y tres individuos sacrificados para la ocasión escogidos casi siempre entre adolescentes y niños.

El difunto era rodeado por ricos vasos funerarios, con víveres y bebidas junto con métales y otros utensilios para la preparación de sus alimentos. Además del jade, se adornaba con perlas, trozos de mica y ricos tejidos, pares de garras de jaguar, incensarios de barro algunos con la efigie del dios de la muerte (Ah Puch). En la cultura maya hablar de los muertos es algo natural, se hace con

mucha reverencia, ellos están presentes siempre en ocasiones de fiesta y de dolor. Cuando hay fiesta, a los muertos se les sirve su licor y alguna comida en algún altar que se tenga. Cuando hay dolor, se les pide perdón y su ayuda para aliviar las penas.

El pueblo Warao vive a orillas de los caños o brazos que forman el Delta del Orinoco, en Venezuela. La muerte es considerada bajo dos criterios: como un hecho natural si se produce después de una larga existencia; o como la intervención de espíritus que hacen daño a las personas. Ante la muerte, se colocaba el cadáver dentro de la urna amortajado en su chinchorro, ésta se llevaba a un lugar fuera del poblado o se dejaba en la misma casa del difunto sobre estacas a un metro de altura. En este último caso, la vivienda se abandonaba totalmente. La etnia Warao considera que el mal espíritu existe y se manifiesta a través de las enfermedades, pestes, desgracias y muerte (15). El ser humano muere por la existencia del Jóa. Los Warao consideran que la presencia de los hebu, la

hoa y la bahana (maleficios chamánicos) son los causantes de males y enfermedades. Si no existieran estas deidades el ser humano sería inmortal.

La etnia Wayuu en la Guajira venezolana concibe la muerte como un proceso. La muerte es una etapa de la vida, termina la etapa física e inicia un recorrido hacia la vida espiritual la cual está en el mismo territorio (16). Los Wayuu de filiación lingüística arawak, constituyen un grupo étnico de enorme vitalidad cultural que habita la Península de la Guajira (territorio fronterizo entre Colombia y Venezuela). De costumbres antiguamente nómadas y/o itinerantes y actualmente sedentarios.

En la visión cosmogónica de esta etnia, la muerte une a vivos y a muertos logrando establecer lazos de continuidad entre el grupo. Los Wayuu afirman su concepción de la muerte más allá de la vida. En esta cultura se realizan dos velorios: el primero no representa una despedida eterna ya que es en su segundo velorio (después de 15 años de su

muerte), cuando el alma del fallecido llega a las puertas de Jepira (tierra de los muertos).

Durante los días del velorio los invitados reciben comida, bebida y un lugar en la enramada donde pueden dormir. Tradicionalmente, no comen pescado ni mariscos, solo cabras y ganado que ha sido seleccionado por los familiares específicamente para esta reunión. Cuando un Wayuu muere, se le deja en el lugar que falleció, en su chinchorro aproximadamente doce (12) horas para que la persona tenga la oportunidad de recorrer los lugares que visitó, recoger sus pasos o despedirse de sus seres queridos. En este periodo ninguno de los familiares puede llorar.

Pasado el tiempo se lava el cuerpo (Oojinnüsü) con agua y jabón con mucho cuidado empezando por la cabeza, luego las extremidades. Con las partes más íntimas se evita el contacto y si se hace, es con una tela o paño. Luego se viste con la vestimenta mortuoria pero no se le calza porque se ata a la tierra y queda vagando. Si muere en su

vivienda, el cadáver se prepara bañándolo en alcohol para que dure el cuerpo, esto evita una rápida descomposición en los dos o tres días que dura el velorio.

Si el Wayuu muere en un hospital, generalmente solicita que no se le haga autopsia a menos que tenga alguna orden de tipo legal que dictamine que dicha práctica debe realizarse. La autopsia no es aceptada por los Wayuu porque el cuerpo es “sagrado” forma parte de la familia. El cuerpo y los huesos deben estar completos para enterrarse. En los indígenas que habitaron la actual región costera del Oriente venezolano, las ceremonias funerarias tenían un carácter diferencial en cuanto al rango del individuo. Cuando se trataba de caciques o jefes principales, los cadáveres eran disecados al fuego y los huesos pulverizados, eran ofrecidos a todos los presentes mezclados en una bebida fabricada con la grasa que había destilado el cadáver durante la cocción (17).

Numerosas tribus indias de América del Norte exponen el cuerpo en una plataforma elevada o arriba de los árboles para que la carne sea devorada por las aves y disecada al sol, hasta que los huesos queden limpios. La carne del cadáver se considera como elemento perecedero e impuro (18). Con la llegada de los españoles a Meso América, se hace manifiesto el terror a la muerte dentro de un proceso de transculturación impuesto por los conquistadores. El sentimiento de culpa se pone de manifiesto como expresión de procesos religiosos a los que serían sometidos toda la cultura prehispánica.

Morir en el Ágora

En la Grecia clásica, Epicuro (341 - 270 a. C) en la epístola a Meneceo expresaba que el peor de los males: la muerte no significa nada, porque mientras vivimos no existe, y cuando está presente, nosotros no existimos. Añade que la mayoría de la gente unas veces rehúye la muerte viéndola como el mayor de los males y otras veces, la invoca para remedio de las desgracias de esta vida.

> El sabio, ni desea la vida, ni rehúye dejarla, porque para él el vivir no es un mal, ni considera que lo sea la muerte. Y así como entre los alimentos no escoge los más abundantes, sino los más agradables, disfruta no del tiempo más largo, sino del más intenso placer" (19).

Recordamos a Heráclito de Éfeso con su profunda sentencia: “Vivir de muerte, morir de vida”. Todo un movimiento dialectico que coloca codo a codo con los planteamientos morinianos sobre el bucle eterno de la existencia. Platón, consideró que nacer y morir son procesos que experimenta el cuerpo, no así el alma, ya que ésta es inmortal. Para Aristóteles, el alma es inmortal. Después de la muerte, no necesita más del cuerpo porque ha adquirido tal perfección que al cuerpo no le hace falta (20).

Thanatos (Θάνατοσ) fue en la mitología griega, el dios de la muerte quien era la personificación de la muerte sin violencia. Su toque era suave, como él de su gemelo Hipnos (el sueño). La muerte violenta

era del dominio de sus hermanas amantes de la sangre: las Keres, asiduas al campo de batalla. Para la cultura griega, la muerte significó el reinado de la confusión la vuelta al caos, a lo informe, el pleno extravío. Un no ser donde no existe nada, ni nadie. Porque todo queda envuelto en tinieblas, sin rostro…

Tras la muerte, las almas de los hombres iban a parar a un lúgubre reino subterráneo gobernado por el terrible dios Hades y su esposa Perséfone. Al entrar por cualquiera de las bocas del infierno existente, el difunto se dirigía a la orilla del Estige, el río que rodea el inframundo y el cual se cruzaba a bordo de la barca de Caronte. En la otra ribera, el alma se encontraba con el guardián Cerbero y con los tres jueces del inframundo. El reino de los muertos estaba bajo el poder de Hades, hermano de Zeus y Poseidón.

Las almas de los justos van a parar a lugares felices como los campos elíseos o a las islas de los bienaventurados. Por último, estaba el tártaro, lugar de tormento eterno donde iban a parar los

condenados. Era costumbre colocar en la boca del difunto una moneda para pagarle el viaje a Caronte (el barquero). Si el alma no disponía de moneda, se veía obligada a vagar durante cien años por las orillas del Estige hasta que el barquero accediera a llevarla gratis (21).

En los entierros, las mujeres iban detrás del cortejo y sólo podían asistir si tenían más de 60 años, a no ser que fueran familiares próximos. En cambio, para los ritos fúnebres se contrataban flautistas, cantantes, plañideras y danzantes.

La muerte en la antigua Grecia, no se limitaba a despedir la desaparición física del cuerpo y a honrar posteriormente su memoria. Más allá del funeral, los antiguos griegos celebraban todo un conjunto de rituales íntimamente ligados a uno de los aspectos más universales ricos y misteriosos de su cultura: lo mitológico (22).

Para Platón, morir es abandonar el cuerpo. Vivir es alcanzar el verdadero conocimiento. Define al hombre como pensamiento y lo identifica con alma,

concebida como un ser autónomo, una sustancia completa cuya relación con el cuerpo es algo exterior. Concibe a la muerte como la separación de dos sustancias distintas. En esta visión de la muerte, el hombre no pierde nada, ni experimenta ninguna ruptura, solo recupera su ser puro y se libera de la contaminación del cuerpo, del espacio y del tiempo (20)

En la cosmogonía griega, cuando el alma abandona el cuerpo viaja hasta un lugar en el que se separaba a los espíritus justos de los injustos, mientras que el cuerpo, se quedaba en la tierra ya fuese enterrado o incinerado en una pira. Existían diferentes prácticas funerarias, entre las cuales se puede señalar: la incineración y la inhumación. La primera consistía en reducir el cadáver a cenizas, la segunda en enterrar el cadáver del difunto. La acción de sepultar el cuerpo se consideraba la vía para comunicarse con ellos, pero también, la transición del alma hacia su muerte independiente de la muerte física.

Según han demostrado investigaciones históricas y arqueológicas cuando una persona fallecía en la antigua Grecia, comenzaban a ponerse en práctica una serie de ritos. Inicialmente estaban los ritos pre-disposicionales. Estos comenzaban con el momento conocido como prothesis, el cuerpo era expuesto para la honra de las personas cercanas y como muestra de su muerte física. Sin embargo, su espíritu todavía no había desaparecido del todo. A partir de ese momento y en la fase de ekphora, el cuerpo era trasladado y enterrado con música, siempre de noche con hombres y mujeres presentes. La última parte del funeral consistía en ofrecer el sacrificio de un animal al que se quemaba como ofrenda.

Terminados todos los ritos funerarios, los familiares y allegados se reunían en torno a una copiosa comida para honrar su memoria y cercanía. Se preparaba un banquete multitudinario que duraba días. Los asistentes se daban baños como señal de purificación. Parte los desperdicios generados en tan

copioso banquete, se dejaban sobre la tumba del fallecido en un rito conocido como triakostia. El difunto quedaba insertado en la memoria de sus más allegados para siempre, convertida esta marca como ideal de vida.

Gracias a la concepción que se tenía sobre la muerte, era preciso que los difuntos o por lo menos la mayoría de ellos; permanecieran ligados para siempre a la existencia de los vivos. Se tenía la idea que, una vez llegada la muerte, se entraba a un mundo de confusión, en un caos total entre ideas y pensamientos de lo que ya no existe, de lo ininteligible, donde prácticamente ya no existe nada ni nadie.

En síntesis, la muerte es concebida como un cambio de estado, como la vía de entrada a un mundo diferente al de los vivos, un acceso al más allá. Con esa idea de perpetuidad, se va dando origen al culto a los muertos en cuanto a la continuidad de los huesos. Razón por la cual, el acto de enterrar era solemne una forma de permanecer

por siempre en la memoria no solo de su familia, sino en la comunidad. La muerte presuponía una fórmula de vínculo espiritual, ya que los muertos permanecían por siempre vivos en la memoria colectiva como grandes personajes ejemplares.

Es interesante señalar que el vino ya formaba parte de todos los rituales funerarios o Taphos, se incluían además juegos fúnebres en honor al difunto. Para los griegos, las necrópolis se situaron en torno a los caminos de entrada y salida de la ciudad, buscando la visibilidad de las tumbas. El enterramiento de los neonatos se hacía en las casas, personajes de destacada trayectoria eran enterrados en el ágora o en otros espacios públicos.

Morir y volver a nacer

En la India, el principio fundamental para entender la vida- muerte se basa en la reencarnación, con la finalidad de poder purificar su alma y así, unirse al consciente divino cósmico. En esencia se cree que cada acción o pensamiento deja un rastro en el inconsciente, el que se traspasa a la

vida próxima (23). En la concepción hinduista, la muerte está representada dentro del mundo de las apariencias, maya es lo ilusorio.

La muerte no es la realidad última pero la verdadera realidad tanto en el mundo hinduista como en el budista es inexpresable y en última instancia incognoscible El objetivo es transcender, abandonar este mundo y no volver a nacer. Pero desgraciadamente, el renacimiento está presente porqué hasta que uno no llega a depurar tiene que regresar para seguir aprendiendo. “El cuerpo material de la entidad viviente eterna, indestructible e inconmensurable, tiene un final con toda certeza” (24).

La muerte solo es en relación con esa identidad corporal que es temporal y, por lo tanto, no es tomada demasiada en serio. El concepto de reencarnación está tan afianzado que la muerte no representa más que un breve paso intermedio entre una vida y otra. El ciclo de nacimiento, muerte y vuelta a nacer (samsara) se produce hasta que el

alma que habita y transita por entre las diversas reencarnaciones; obre méritos para conseguir la ansiada liberación antes citada. De esta manera, la muerte no sería ya más que un paso transitorio

El yo puede reencarnar tantas veces como sea necesario. Por otra parte, el Dharma es el avanzar en el fluyo del renacer. Este puede lograrse a través de la práctica del yoga, entre otras vías para acceder a Brahma (divinidad que esta más allá del más allá). En el hinduismo no se hace culto al luto y mucho menos a la pena, ya que el alma no debe ser molestada con llantos. El alma nunca muere en esta cosmología. Si se ha vivido de acuerdo con las leyes, el alma en el momento de la morir escapa por la coronilla. Si por el contrario se ha tenido una vida depravada, el alma saldrá por el ano.

El hinduismo cree que las metas del ser humano se pueden clasificar en las siguientes categorías: Kama (alegría). El sentir plenitud a través de los sentidos, la sexualidad y las artes estéticas. Artha (metas). La búsqueda de la felicidad mediante

la obtención de bienes materiales, el conquistar habilidades, como mejora de objetivos personales y familiares. Dharma (deber moral). Enfocarse hacia la justicia interna y externa, vivir de acuerdo con las leyes divinas propagadas por los diversos textos sagrados y por las enseñanzas de los sabios. Moksha (liberación). Alcanzar la liberación de los bienes que representan las tres categorías anteriores, liberarse de los objetivos y deberes mundanos, de los deseos y del ciclo de nacimiento, muerte y renacimiento.

A través de esta liberación, es cuando el hindú alcanza la meta final de la vida, entrar en la unidad con todo lo que está más allá de esta realidad que tiene carácter ilusorio. Mediante esa fusión entre su energía divina y la divinidad absoluta, consigue liberarse de sus condicionamientos humanos y transcender la muerte, logrando la liberación de todo lo que no es. De esta manera, el cuerpo se libera del karma, un sistema que determina las condiciones de la siguiente vida en la que el cuerpo reencarnaría.

Para liberarse de ese karma, el hinduismo presenta cinco sendas principales, aunque cada una de estas define afluentes, variantes y matices más específicos pudiendo ser compaginadas entre sí: Bhakti yoga. El camino de la devoción y la oración. Karma yoga. La senda de la ayuda al otro, de la acción desinteresada. Hatha yoga. Cuadro de ejercicios físicos y espirituales que trabajan el cuerpo como un templo y como forma de oración a lo sagrado. Jnana yoga. Alcanzar estados iluminados mediante el estudio de las escrituras sagradas, mediante una expansión de corte racional. Raja yoga. Encuentro con lo sagrado mediante la práctica de actitudes y prácticas meditativas.

La muerte está siempre presente en el mundo, porque es parte de la esencia de la naturaleza. En el hinduismo, se cree que el cuerpo puede impedir que el alma avance hacia el próximo viaje. Por esta razón, los funerales suelen ser bastante rápidos. La familia celebra el funeral de inmediato para que el cuerpo, pueda ser cremado a fin de liberar el alma.

“Para el alma no existe el nacimiento ni la muerte en ningún momento. Ella no ha llegado a ser, no llega a ser y no llegará a ser (temporal). El alma es innaciente, eterna, permanente y primordial” (24).

Cuando una persona entra en una fase cercana al fallecimiento, los seres queridos se mantienen a su alrededor, rodeando su cama y acompañando amorosamente. Cuando la muerte es más inminente, los familiares lo bajan de la cama al suelo a la vez que recitan oraciones sagradas en sánscrito, mantras y se intenta en lo posible que el moribundo beba agua del río Ganges, considerado como río sagrado. Cuando fallece, es costumbre que las mujeres entren en un trance de desgarramiento mediante gritos de dolor y pena expresados con vehemencia.

Poco después de que alguien fallece, se debe encender una lámpara justo en la cabeza del difunto. Esto simboliza una luz para guiar su alma mientras los seres queridos se reúnen para orar. No es costumbre tocar a los fallecidos, razón por la cual,

las familias hindúes generalmente quieren trasladar a sus seres queridos a una funeraria lo más rápido posible. En la funeraria, el cuerpo será lavado, desinfectado y vestido de blanco.

Si se trata de un hombre casado, la viuda despoja al cuerpo de los signos del matrimonio, y lo entrega envuelto en un paño ritual a una mujer más joven que lo custodiará. Los hijos varones se rapan el pelo de la cabeza, salvo un mechón. La ceremonia dura doce días, durante ese momento la familia duerme en el suelo y solo ingiere comida vegetariana. Durante esos días por la mañana y por la tarde, realizan baños rituales, cantos de mantras y visitan al cuerpo envuelto que espera ser incinerado en la fecha que un sacerdote en base a cálculos astrológicos determine.

En India, el ritual de cremación tiene lugar en una pira. Un miembro de la familia enciende la pira para comenzar el proceso de cremación. Coloca el cuerpo sobre la pila funeraria, el sacerdote o el hijo mayor, si lo hubiera, inicia el fuego que consumirá

lentamente el cadáver junto a la madera. Este proceso suele durar varias horas, espacio en el que la familia se queda cerca del fuego, compartiendo y orando. Una vez convertido en cenizas la mayor parte del cuerpo (los grandes huesos como la cadera son difíciles de calcinar), estos restos se esparcen en un río, preferiblemente en el rio Ganges.

Después de la cremación, la familia generalmente tiene una comida y ofrece oraciones en su hogar. Este es el comienzo de un período de luto hindú de 13 días durante este tiempo, los amigos y seres queridos visitarán para ofrecer condolencias. A veces, el período de duelo hindú incluye otra ceremonia de conmemoración dentro del mes posterior a la muerte del difunto. Este ritual funerario está destinado a apoyar a los espíritus de los muertos en su viaje a la próxima vida. En algunas instancias, también se usa para brindar a la comunidad otra oportunidad para despedirse. Las familias más adineradas ofrecen tras la cremación, porciones de comida a gran cantidad de personas

necesitadas, para que ese bien ayude a crear un karma más propicio al fallecido.

El maestro Rimpoche (25), desarrolla toda una profunda reflexión sobre la muerte dentro de la filosofía budista. El maestro resalta algunos hitos fundantes a lo largo de su libro: El Libro Tibetano de la vida y de la muerte. El maestro budista recuerda que las grandes tradiciones espirituales del mundo incluyendo el cristianismo, siempre han dejado por sentado que la muerte no es el final. Una vida venidera que infunde un sentido sagrado a la vida que llevamos.

Señala que la sociedad moderna, es un desierto espiritual donde la mayor parte de las personas sienten que esta vida es lo único que existe. Toda una vida desprovista de sentido. La vida y la muerte son un todo único e indivisible; donde la muerte es el comienzo de otro capítulo de la vida. Es un espejo donde se refleja todo el sentido de la vida. Los únicos que comprenden cuan preciosa es la vida son aquellos que conocen su fragilidad. “Lo que ha

nacido morirá. Lo que se ha recogido se dispersará. Lo que se ha acumulado se agotará. Lo que se ha construido se derrumbará. Lo que ha estado en alto descenderá" (25).

El Bhagavad Gita es el texto sagrado de los hindúes. Allí se habla del Dharma para poder entender la muerte. En la filosofía hinduista el auténtico objetivo de la vida es lograr el desapego de las apariencias transitorias del mundo. En la muerte los yoes liberados van al encuentro de Krishna estado de paz y felicidad. El yo no liberado y apegado a las apariencias, renacerá tantas veces hasta que logre su liberación. Otro aspecto importante por resaltar es la ley del karma. Esta ley significa tener conciencia de las acciones. La idea en esta visión filosófica de vida y la muerte; no es retirarse de la vida sino involucrarse en la acción sin apego y sin ilusión (maya).

Morir con honores

En la antigua Roma, la muerte era un acto social existiendo notables diferencias según la

condición social o el estatus del difunto. En relación con el acompañamiento, la familia permanecía al lado del moribundo, brindando atención y afecto, le daban un último beso para retener así, el alma que se escapaba por su boca. Después de producirse el deceso, se le cerraban los ojos y se le llamaba tres veces por su nombre para corroborar que realmente había fallecido. A continuación, el cuerpo era lavado, perfumado con ungüentos y finalmente vestido. Siguiendo la costumbre griega, se depositaba al lado del cadáver una moneda para que Caronte cobrase por el transporte de su alma.

La percepción que tenían los romanos del alma estaba relacionada con una parte etérea del cuerpo que se separa del mismo tras el óbito, iniciando un viaje a su nuevo destino. El alma, que en opinión de filósofos como Plinio o Cicerón habita en los ojos, ésta abandonaría el cuerpo como un soplo vital en el momento del deceso (26). Los romanos le dieron mucha importancia al lugar del óbito, pues no era lo mismo morir en el hogar acompañado por los seres

queridos que asistirán al difunto; que hacerlo lejos de casa, condenado a no recibir exequias fúnebres.

Se produce así, una separación entre los restos mortales y el alma divina. Sin embargo, durante los primeros momentos y hasta que se lleven a cabo los ritos necesarios; sigue existiendo una vinculación entre ambos. Esto implica que sea de singular importancia, el tratamiento adecuado y la protección del cuerpo tras la muerte. El cuerpo es considerado impuro y esta impureza afecta no sólo a los restos del finado, sino a sus familiares hasta el momento de la cremación o la inhumación. El alma etérea, aunque pura, es frágil tras su salida del cuerpo por lo que requiere de apoyo externo para iniciar su camino hacia la divinidad.

El cuerpo del difunto se coloca sobre una litera con los pies mirando hacia la puerta de entrada rodeado de flores, como símbolo de la fragilidad de la vida. Durante tres a siete días permanece expuesto el difunto. Sobre la puerta de entrada de la casa, se ponían ramas de abeto o de ciprés para

avisar de la presencia de un muerto en el interior de la casa. Los romanos creían que, en el momento de la muerte, el alma identificada con un elemento etéreo, un aliento vital, abandona el cuerpo e inicia su viaje al más allá. Uno que supone enormes peligros, razón por la cual, hay que estar preparado y protegido.

En torno a la muerte, muchos filósofos disertaron y legaron sus reflexiones, se hace referencia a Lucrecio, Cicerón, Plinio, Marcial, Ovidio, Virgilio entre otros. Para los Estoicos como Séneca, el alma es aquello que el ser humano tiene de racional, lo que le permite afrontar la muerte. Por el contrario, los Epicúreos negaban la inmortalidad el espíritu éste se disolvía en el aire y se perdía para siempre tras la muerte. Ello implicaba que las personas no tenían por qué temer el mundo del más allá, simplemente no existía y la recomendación era disfrutar al máximo de la vida (26).

En la tradición romana se vislumbra la existencia de los espíritus de los muertos, y la

existencia de la creencia en la inmortalidad del alma tras la desaparición del cuerpo. Al espíritu de los muertos se le denominaba Manes. Aquellos difuntos bondadosos que velaban por sus descendientes, se les denominaban Lares familiares, mientras que los inquietos, perturbadores o nocivos y que además asustaban con apariciones nocturnas, se les llamaba Larvae. Los Manes familiares, eran aquellos difuntos que pasaban a formar parte del conjunto de espíritus metamorfoseados en divinidades. Se puede decir que era la sombra del difunto, su espíritu santificado por el deceso y en consecuencia; proclive a ser objeto de veneración y respeto.

Para los romanos, la muerte requería de una serie de honores funerarios bien establecidos para evitar que el fallecido, se convirtiera en un fantasma sin descanso. En la antigua Roma, la muerte era un acto social. En cuanto a los lugares de inhumación, modos de celebración y cultos, no se igualaba a los fallecidos, existiendo marcadas diferencias según la condición social o el estatus del muerto.

La inhumación era el entierro con el cuerpo sin alterar, que se depositaba en un agujero en el suelo y se cubría. Excepto los más pobres. La mayoría de los romanos enterraban a sus difuntos en tumbas de obra, generalmente panteones. Los más humildes se tenían que confirmar con ser enterrados en cajas de madera. A ojos vista, la muerte se concebía en la antigua Roma como un acto social, elitesco y público. Detrás del difunto se situaba el cortejo fúnebre (pompa) formado por el resto de la familia y sus amigos. A veces se acompañaban de músicos que tocaban trompetas y flautas o de plañideras que expresaban el dolor llorando o golpeándose en el pecho.

El tiempo de luto para los familiares directos era de diez meses. El funeral (funus) comenzaba en casa del difunto. Los romanos no colocaban las tumbas en un lugar tranquilo y solitario, sino a la salida de las ciudades, donde los transeúntes pudieran contemplarlas y admirarlas. En los funerales era imprescindible que se tributaran los

honores al fallecido (Justa). Si se producía algún olvido o una irregularidad, el difunto se convertiría en un fantasma que no descansaría hasta que sus allegados o parientes, le hicieran la debida justicia. Esa necesidad de unos ritos funerarios que atendieran al difunto se continuaba tiempo después de la inhumación para asegurar su descanso eterno. Existía la necesidad de que se recordara al difunto y se dejara constancia de su existencia, rindiéndole culto a su nombre para que permaneciera eternamente en la memoria.

En la Roma antigua, el funeral se celebraba por la noche con ayuda de antorchas. La muerte era un suceso que se consideraba contaminante. Sin embargo, en siglos posteriores, se comenzaron a realizar los ritos durante el día, excepto aquellos de niños indigentes o suicidas. Una vez que el sepulcro estaba ya finalizado y todo dispuesto, se llamaba tres veces al alma del difunto para que pudiera entrar en la morada que se le había preparado para su nueva vida. La tumba elegida no podía ser cambiada

de lugar pues los manes requerían una morada fija (que se suponía eterna), a la que se asociaban todos los difuntos de la familia.

En el caso de la incineración, la ceremonia se celebraba sobre una pira en forma de altar sobre la que se depositaba el ataúd con el cadáver. Se le abrían los ojos para que pudiera observar cómo su alma de dirigía hacia el cielo. Se sacrificaban e incineraban animales y se arrojaban sobre la pira ofrendas de alimentos y perfumes. Se le nombraba una última vez y se encendía la pira con antorchas. El rito concluía vertiendo agua y vino sobre la pira. Finalmente, los asistentes se despedían del difunto deseándole un buen viaje.

La incineración fue paulatinamente reemplazada por la inhumación. No obstante, hubo una coexistencia de ambos modos funerarios. La distinción se relacionaba con la condición social o el estatus del fallecido. En este sentido, la inhumación se reservaba para la gente humilde y para los esclavos, mientras que la incineración se usaba con

los miembros de familias nobles patricias. Los ritos públicos del funus concluían con la realización de juegos (ludi), normalmente juegos gladiatorios y reparto de alimentos entre los asistentes.

En el mundo romano existieron diferentes tipos de enterramientos. Aquellas tumbas más lujosas eran los sepulcros monumentales, los mausoleos que podían adquirir la forma de una casa o un templo. Por su parte, los columbaria era una gran tumba en cuyos muros se ubicaban nichos para depositar las urnas con las cenizas de los difuntos. Aparecen desde el siglo I a.C. siendo empleadas hasta el siglo III, como inhumaciones colectivas propias de corporaciones funerarias. Había también fosas simples, excavadas en el suelo algunas de ellas revestidas con cajas de ladrillo y con cubiertas de mármol.

Los sepulcros no eran espacios sombríos ni lúgubres. Se entendía que la muerte convivía con la vida. Los difuntos no debían ser olvidados razón por la cual, sus lugares de reposo final debían vincularse

con el entorno circundante. A pesar de la falta de igualdad tras el deceso, persistió siempre la creencia en la inmortalidad y la imperiosa necesidad de la permanencia a través de la memoria eterna. Los romanos, desarrollaron una serie de celebraciones específicas y muy complejas destinadas básicamente a lograr dos objetivos: el deseo de perpetuarse más allá de la muerte y hacerlo de forma ostentosa, es decir, de manera que se manifestara el poder económico y social que se tuvo en vida (27).

La organización de las necrópolis reproduce la ordenación de la sociedad romana poniendo de manifiesto las diferencias sociales mediante la ostentación que reflejaba el monumento funerario. Además del propio monumento, era importante el lugar en el que se situaba, su decoración y los ajuares que se depositaban sobre la tumba. El testamento era importante ya que proporcionaba cierta tranquilidad al romano, pues en éste, podía dejar constancia de como quería que fueran sus funerales y todo lo que ello implicaba. En la

civilización romana lo más importante tras la muerte era no caer en el olvido.

Morir entre el ying y el yang

En la cultura china, la visión de la muerte estaba basada en la práctica de la piedad filial, sin embargo, la visión tradicional de la muerte ha sido desafiada con el desarrollo de la sociedad china. Desde tiempos ancestrales, los chinos tuvieron un interés especial en venerar a sus antepasados, acostumbraban a enterrarlos en la misma casa donde guardaban las cosechas y debajo de la cámara nupcial. Pasado algún tiempo, trasladaban los restos al cementerio familiar. Allí, en una larga ceremonia se "fijaba" el alma a una tablilla o ling-pai, que era colocada en el altar familiar.

En la antigua China, era creencia común que los muertos fuesen a vivir en otro mundo. Razón por la cual, se les debía proporcionar todo lo necesario para esa nueva vida. Frecuentemente, en tiempos de la dinastía Shang (1050 a. C.) a la muerte de un soberano eran sacrificados y enterrados con él,

cortesanos, guerreros, caballos y otros seres o personas que el difunto amaba.

Cuando la persona se encontraba en el umbral de la muerte, se acostumbraba a trasladarla la fuera de casa, para evitar que los espíritus acechen el cuerpo y de esta manera, pueda irse en paz. También se procede a quitarle la almohada sobre la cual reposa para que el cuerpo quede en posición horizontal, postura más aceptable para morir. La almohada no puede volver a utilizarse, se lanza al techo de la casa y se espera a que se descomponga con el devenir del tiempo. El proceso de muerte era acompañado por la familia quienes brindan amor, consuelo y atención al moribundo (28).

Hace más de 5.000 años, las culturas del norte de China veneraban a los muertos con ceremonias muy elaboradas. En la actualidad, se conservan algunas tradiciones como la fiesta del Qingming, conocida también como el día de la limpieza de las tumbas o de los muertos. Celebran el primer día del quinto periodo solar y ofrecen alimentos a los

fallecidos, se reza por ellos y se limpian sus tumbas. El confucionismo recogió estas tradiciones potenciándolas. Toda casa china tenía un altar familiar, donde residía el alma de sus antepasados. Las tablillas se colocaban en una superficie elevada rodeándolas de pebeteros de bronce con incienso y sándalo, así como velas y platos con comida.

La línea entre el pasado y el presente nunca ha sido claramente definida en la cosmogonía China. Sin embargo, innumerables influencias han transformado la visión china del "Más allá". Los taoístas, no creían en la vida después de la muerte. El budismo empezó a influir en el pensamiento chino a partir del siglo II d.C. Introdujeron el concepto del renacimiento después de la muerte. De igual manera, se filtraron las ideas de la recompensa y el castigo eterno, procedentes del budismo y el cristianismo. En la cultura China, la muerte no es el final, sino el paso a otra existencia.

Los taoístas tienen muy claras las diferencias entre espíritu y alma. El espíritu, pertenece a los

vivos, es energía del yang. En cambio, cuando una persona muere desaparece su espíritu y da lugar a la energía ying. Sostienen que el alma de cada individuo viaja de un sitio a otro dependiendo de cómo haya vivido. Y es gracias a su experiencia de vida, que se puede decidir la fecha de su muerte y el lugar hacia donde se dirigirá su alma.

En la cultura China, la muerte es el inicio del viaje al inframundo donde se va a encontrar a los diez tribunales del rey Yan-Luo. En este se guardan los registros de los años vividos. Una muerte violenta, por ejemplo, es considerada una muerte en vano o muerte injusta ya que por ser prematura; no permitió al fallecido/a cumplir con su tiempo asignado de vida. Los chinos como la mayoría de las culturas orientales creen en la inmortalidad del alma. No sólo muestran respeto hacia los ancianos que todavía siguen vivos; sino también hacia sus ancestros fallecidos. Cuando alguien muere, se inician una serie de ritos muy elaborados.

El proceso de muerte en China fue tratado con gran respeto y piedad. En esta cultura existen dos tipos de muerte: muerte en vano y muerte injusta. Una muerte en vano implica que no se puede encontrar el cadáver y por lo tanto; no se puede dar la sepultura adecuada. Por ejemplo, el asesinato en el que no se tiene descendiente y nadie puede ocuparse del alma del difunto; son casos de muerte en vano. Cuando la muerte en vano se produce en casos de una buena acción del difunto como salvar a otra persona en peligro; se asciende inmediatamente al cielo convirtiéndose en un alma inmortal. En el extremo opuesto, si se muere en vano como consecuencia de malas acciones se va directamente a los infiernos.

La muerte en vano siempre connota un destino incierto. El alma deberá esperar a que se cumplan los días asignados a la vida terrenal, para poder continuar el camino a la reencarnación. Es interesante señalar que a los suicidas les está reservado un destino terrible. Se dice que el alma del

difunto repite la misma acción que desencadenó su muerte una vez cada día, y no podrán abandonar el lugar de la muerte hasta que encuentren a un sustituto que los reemplace. Los que murieron prematuramente van a los templos oscuros. En relación con la muerte injusta como los asesinatos de gente inocente; los fantasmas de quien muere no descansan hasta no ver a su agresor recibiendo el castigo que merece en el inframundo.

Cuando sucede un fallecimiento, los parientes, se abstienen de comidas abundantes y de grandes celebraciones durante siete días de luto. Cuando los parientes fallecidos son muy cercanos, es decir, padres, abuelos o bisabuelos, cualquier miembro de la familia que tuviera pensado casarse debe hacerlo antes de que pasen cien días después de la muerte; o tendrá que esperar un año hasta que pueda realizar la ceremonia.

Una sentencia china afirma que "la cosa más importante en la vida es tener un buen funeral". Las ceremonias relacionadas con el funeral chino

duraban siete semanas. Sus familiares, amigos y parientes se reunían para llorar al difunto. Los primeros días de luto se llevaban vestidos de saco, los cuales eran sustituidos por otros blancos que vestían durante tres años. El azul era también usado como vestido de luto menor para parientes lejanos.

Una vez que muere la persona, las estatuas que se encuentran en la casa tienen que ser cubiertas con papel rojo, igualmente los espejos. En la puerta de la casa se coloca una tela de color blanco y al lado de ella un gong. Si se encuentra del lado derecho, indica que falleció una mujer y si se encuentra de lado izquierdo indica que falleció un hombre. El cuerpo de la persona antes de ponerlo en el ataúd se limpia y se viste con su mejor ropa, incluyendo zapatos y si es mujer se maquilla. La ropa nunca debe ser de color rojo ya que se cree que el difunto, puede convertirse en fantasma. Además, se le coloca en la cara una tela de color amarillo y en el cuerpo de color celeste.

Si la persona fallece dentro de la casa el ataúd debe estar dentro, si murió fuera de ella, se coloca en el jardín. En la cabeza del ataúd se colocan coronas y retratos o algún otro regalo. El féretro debe permanecer abierto y cómo muestra de ofrenda se coloca comida. La familia no puede vestirse de color rojo, y las mujeres no pueden utilizar joyas. El color rojo en un funeral simboliza la alegría. Los niños y nueras se visten de negro, los yernos de colores brillantes por ser considerados de la familia. Los familiares se reúnen alrededor del ataúd, y se ubican de acuerdo con su posición en la familia. Familiares que lleguen tarde deben postrarse de rodillas hasta el ataúd.

El lugar de enterramiento es escogido después de consultar al geomántico. La procesión fúnebre se realiza con gran fastuosidad. Acompañan al muerto una larga comitiva compuesta de músicos, sacerdotes, hombres con estandartes y banderas, niños con cestos de frutas. Los familiares cercanos vestidos de blanco, así como la esposa y los hijos

que acompañan hasta la tumba a tributar los honores póstumos. Se debe quemar incienso al pie del altar en señal de que el fallecido tendrá abundancia de dinero en su vida de ultratumba. Se realizan juegos de azar. Los cantos y oraciones ayudan en su paso al cielo de igual manera, los rezos son acompañados con música.

Es tradición que los hijos y las nueras del difunto se vistan de negro, pues es el color con el que se muestra más respeto. Los nietos deben vestir de azul y los bisnietos de azul celeste. Las personas fuera de la familia se visten de blanco. Por ningún motivo se usan joyas o adornos, ello no está bien visto. Después de las honras fúnebres, los asistentes tienen que quemar sus ropas para evitar la mala suerte.

El tiempo del velatorio depende de la cantidad de recursos financieros de la familia. Concluida la ceremonia y las respectivas condolencias, el ataúd es sellado con clavos y por considerarse de mala suerte, no se debe observar este procedimiento. Las

personas presentes en el servicio deben darse la vuelta. También se estila pegar al ataúd papeles sagrados de colores blanco y amarillo como símbolo para proteger el cuerpo de espíritus malignos.

En la partida al cementerio, se tiene por costumbre que los coches que acompañan al cortejo, se les ate un trozo de tela blanca. Se enciende un palo de Joss (símbolo del alma). Si la procesión cruza un río, se le advierte al fallecido de este proceso de lo contrario, su alma no podrá cruzarlo. Cada uno de los familiares debe seguir realizando una serie de ritos ceremoniales, rindiendo tributo al alma del ser querido en el aniversario de su muerte (día de los muertos y en otras ocasiones especiales). Luego de siete años en caso de haber sido enterrado, debe sacarse el cuerpo, realizar un ritual, limpiar los huesos y volver a enterrar.

El luto en la tradición china tiene una duración de hasta 100 días, no obstante, las familias más conservadoras guardan luto hasta 3 años. El tiempo varía según el grado de amor y valores del núcleo

familiar. En este tipo de creencias, se considera que el alma retorna después de los 7 días a los miembros de la familia, razón por la cual, es tradición esparcir talco o harina en la entrada o pasillo de la casa para detectar la visita del difunto.

China por ser un país superpoblado, la cremación viene a ser la manera más expedita de despedir a los difuntos; sin menoscabar el tratamiento que debe darse a los cuerpos incinerados, como lo es sepultar las cenizas en mausoleos o fosas. La mayoría de los cementerios están ubicados en partes altas, como la ladera de la montaña o en alguna meseta, pues los chinos creen que, de este modo, se mejora la ocupación consciente y armónica del espacio lo cual es muy importante para ellos (28). La muerte para el pensamiento oriental no es algo distinto de la vida, no consideran que sean conceptos contrarios o paradójicos entre sí; ambos se engloban en un todo y no pueden entenderse el uno sin el otro.

Morir y vivir embalsamado

El Antiguo Egipto, fue una civilización que nació a lo largo del río Nilo en el África nororiental, teniendo como vecinos el mar Rojo y el mar Mediterráneo. La historia del antiguo Egipto ha sido dividida por los historiadores en Dinastías y Reinados. El poder estuvo concentrado en manos del Faraón, considerado manifestación del dios Horus sobre la tierra, era un dios de la mitología egipcia, iniciador de su civilización y representado con cabeza de halcón y doble corona. La creencia en la inmortalidad de los faraones posteriormente extendida al resto de los egipcios; contribuyó a que se practicara la momificación para preservar la integridad del individuo en la vida futura según los textos de la mitología egipcia (29).

Los egipcios consideraron la muerte terrenal como una interrupción temporal, ya que el ser humano tenía la posibilidad de vivir eternamente. El proceso de muerte fue atendido cuidadosamente como una forma de preparación para la nueva vida.

Los egipcios esperaban renacer en la otra vida y ser admitidos en el reino de Osiris. Antes de que esto ocurriera, el difunto debía aparecer ante un tribunal divino el cual examinaría su conducta terrenal. El fallecido era escoltado por el dios Anubis con cabeza de chacal quien conducía al difunto hasta el tribunal, donde tenía lugar la ceremonia de pesar el corazón.

El fallecido era ubicado frente a Osiris y a un jurado de 42 dioses. En el centro del cuarto, estaba la balanza donde el corazón sería pesado. El fallecido tenía que asegurar que no había cometido actos reprobables, ni actos o pensamientos maléficos, o haber desafiado a Maat, diosa de la verdad y la justicia. Esta confesión debía repetirse ante cada miembro del tribunal.

Cuando se producía la muerte, lo tangible y lo intangible se disgregaban, y la única manera de reunirlos era a través de los rituales funerarios, tañes como: KA, fuerza vital que tiene cada individuo, es decir, su carácter, naturaleza y temperamento. BA, idea de la personalidad. AKH, aliento de vida,

espíritu eterno y transfigurado de una persona muerta. RN, tener un nombre, parte primordial del ser. SHWT, la sombra para protegerse de los posibles daños.

La conservación del cuerpo era imprescindible para garantizar la vida eterna en el reino de los muertos. Los antiguos egipcios creían que el alma se separaba del cuerpo en la forma del BA, un ave con cabeza humana. El cuerpo pasaba a ser una especie de cascarón despojado de alma. Dentro de las costumbres funerarias del antiguo Egipto, de seguían una elaborada serie de rituales de enterramiento considerados necesarios para asegurar la inmortalidad tras la muerte. Estos ritos y protocolos incluían la momificación, la pronunciación de hechizos mágicos y la inclusión de objetos muy específicos en las tumbas, se pensaba que serían necesarios en la otra vida.

Las costumbres mortuorias utilizadas por los antiguos egipcios evolucionaron a lo largo de los años, descartándose las más antiguas y adquiriendo

algunas nuevas. La mayoría de los rituales persistieron, aunque los detalles específicos cambiaron con el tiempo tales como: la preparación del cuerpo, los rituales mágicos empleados y los objetos depositados en las tumbas partes esenciales de un funeral egipcio.

Mantener el cuerpo intacto tras la muerte era necesario para que el KA o la fuerza vital de los egipcios, tuviera un sitio donde habitar tras la muerte. Los enterramientos se realizaban pocos profundos en la arena caliente del desierto, muchas veces servían como momificación. Cuando los cuerpos se enterraban en tumbas, empezaban a descomponerse rápidamente. Los antiguos egipcios implementaron la momificación para impedirlo. El cuerpo momificado era el receptáculo indispensable para la supervivencia del KA del fallecido.

El BA tradicionalmente traducido como alma, era la esencia misma del ser que tenía una capacidad extraordinaria para desplazarse por el mundo ultraterreno y comunicarse con el cuerpo

muerto, con los vivos o con los dioses, de ahí que, en ocasiones, cobrara la forma de halcón. También podía incluso tomar forma humana y aparecer en lugares diversos, pero el resto del tiempo permanecería unida al cadáver momificado.

La momia, por tanto, era el gran receptáculo que debía preservarse por encima de todo. El miedo a que el BA pudiera huir quedaba expresado en el sortilegio 89 del libro de los muertos. Allí se indicaba que debía ponerse un amuleto de oro y piedras preciosas en el pecho de la momia para evitarlo. Una vez que el BA y el KA se unían, podían hacer el viaje final hacia el cielo donde el difunto resucitaba como Akh y podía vivir por siempre.

A partir del III milenio a. C, los egipcios se preocuparon por conservar los cuerpos de sus muertos. Los primeros intentos se limitaron a la familia real. La momia real más antigua que se ha encontrado es la de Merenra I, de la VI Dinastía. El método utilizado era muy rudimentario. Los cuerpos se envolvían en telas empapadas en resina o yeso y

se les pintaba la cara. La evisceración abdominal comenzó a practicarse en los primeros años de la IV Dinastía en el cuerpo de la reina Heteferes I.

Las técnicas empezaron a ser más eficaces a partir del reino medio. La evisceración se hizo común durante la XII Dinastía (1784 a. C) como demuestra la presencia de vasos canopos en las tumbas para recoger las vísceras momificadas. Cada vaso contenía un órgano específico, que se corresponde con un punto cardinal y a una entidad. Son cuatro, las entidades: Amset, Hapi, Duamutef y Qebehsenuf.

A partir de la segunda mitad del II milenio a. C, la momificación alcanzó su máximo esplendor. Durante el imperio nuevo y el periodo tardío, la momificación de los restos mortales de una persona de alto rango (rey, noble, sumo sacerdote o de un animal sagrado como el toro Apis) duraba setenta días. El día del fallecimiento, la familia confiaba el cuerpo a los embalsamadores, quienes lo depositaban en la "tienda de la purificación" para

lavarlo y ungirlo. Durante cuatro días, la familia debía someterse a un ayuno estricto. Al quinto día del fallecimiento, el cuerpo del fallecido se depositaba en el uabet o "sala de embalsamamiento":

La entrada del difunto en el Uabet, significaba para la familia el inicio de un periodo de setenta días de luto marcado por un ayuno consistente en escasas comidas de pan, agua y verduras cocidas. En la mañana de ese día, se colocaba el cuerpo sobre una tabla plana y se practicaba una incisión en el abdomen del difunto en el lado izquierdo para permitir que su alma-BA ascendiera al cielo. En las momificaciones más elaboradas, el corte lo hacía un sacerdote llevando una máscara de Anubis, la deidad estaba asociada con la momificación y guardián de la Necrópolis.

Después, el cuerpo se lavaba por dentro y por fuera con vino de palma y a continuación, se evisceraba el cuerpo. El corazón de la persona era considerado la parte más importante de su cuerpo físico, allí residía el espíritu, la personalidad y la

esencia del individuo. De tal modo que el corazón, permanecía en el cuerpo después de la momificación, protegido por amuletos importantes como el escarabajo de corazón.

Es oportuno señalar la existencia del libro de los muertos, conjunto de textos funerarios con indicaciones sobre cómo momificar, hasta hechizos para atraer el favor de los dioses durante el juicio de Osiris. Esta guía integral de ultratumba se escribió en papiros, estuvo de igual manera, tallada en las paredes de las tumbas. Estaba estructurado en 190 fórmulas mágicas, adaptadas a las circunstancias particulares de cada individuo (30).

Una vez extraídos los órganos, se momificaban aparte y se introducían en vasos canopos. El corazón se dejaba intacto, ya que los egipcios creían que en él residía la esencia de la persona. Dado que los antiguos egipcios no conocían la función cognitiva del cerebro, lo extraían rompiendo la delgada capa de hueso que separa la cavidad nasal y la craneal. Para conseguirlo, introducían una vara

en forma de garfio por la nariz, agitando el cerebro hasta que se volvía líquido y se vertía a través de la nariz. Después limpiaban la cavidad craneal con lino y la cubrían con resina caliente para sellarla. La cavidad corporal y las partes separadas se lavaban nuevamente con vino de palma.

Terminado el vendaje, la cabeza era cubierta con una máscara con el retrato del difunto, para asegurar que el KA pudiera reconocer el cuerpo en la otra vida. En el caso de los faraones, la máscara era hecha en oro. Por ejemplo, el ajuar de Tutankamón en el museo del Cairo muestra infinidad de objetos y joyas de gran valor. Su mascara mortuoria en oro macizo, es fiel reflejo de este tipo de tradiciones funerarias.

Durante quince días, se secaba el cuerpo salándolo con natrón, este deshidrataba el cuerpo y prevenía la aparición de bacterias y la descomposición del cadáver. La última noche de este momento, el cadáver se introducía en un baño aceitoso denominado sefet para que todas las partes

del cuerpo se impregnasen con él. A veces se podía utilizar acompañado del antiu, otra mezcla de aceites fragantes, alquitranes y grasas. El sefet era uno de los siete aceites sagrados que se usaban tanto en el embalsamamiento como en el ritual de apertura de la boca.

Durante los siguientes 34 días, el cuerpo era rodeado por una especie de caparazón impermeable hecho de una docena de capas de tiras pegajosas impregnadas de una solución caliente de grasa de vacuno, sefet, incienso y cera, a razón de una capa cada cuatro días, y cada nueva capa se secaba durante dos días. La momia seguía secándose otros 20 días, durante los cuales se la seguía vistiendo con un entrelazado de tiras protectoras y amuletos mágicos para proteger el cuerpo de espíritus malignos y ayudar al alma en su viaje a la otra vida.

En el día 70 se completaba la momificación y el cuerpo se depositaba de nuevo en la "Tienda de purificación", donde se sometía al ritual de apertura de la boca. Una operación mágico-funeraria

destinada a devolver los cinco sentidos al difunto. Al día siguiente, el cuerpo es trasladado en procesión a la bóveda funeraria su lugar de descanso eterno. Tras preparar la momia, era necesario que un sacerdote la reanimara simbólicamente.

El "ritual de la apertura de la boca" era dirigido por un sacerdote, quien pronunciaba un hechizo y tocaba a la momia o al sarcófago con una azuela de cobre o piedra. Esta ceremonia servía para asegurarse de que la momia pudiera hablar y respirar en la otra vida. Del mismo modo, el sacerdote podía recitar hechizos para reanimar los brazos, las piernas y otras partes del cuerpo de la momia.

Además del ritual de la apertura de la boca, a muchas momias se las enterraba junto a algún tipo de "literatura funeraria", para que la llevaran a la otra vida. La mayoría de esta literatura consistía en una lista de hechizos e instrucciones para navegar hacia la otra vida. Durante el Antiguo Imperio, sólo el faraón tenía acceso a este material, al que los

expertos se refieren como los Textos de las Pirámides, textos que ayudaban al faraón en la otra vida. El faraón Unis fue el primero en usar esta colección de hechizos, ya que aparecen grabados en las paredes de su pirámide y en las de algunos de sus sucesores.

También se han encontrado algunos de los hechizos de los textos de las pirámides en cámaras funerarias de oficiales de alto rango, y en muchos ataúdes que datan del primer periodo intermedio de Egipto y el imperio medio. En esta época los textos evolucionaron hacia lo que los estudiosos llaman los textos de los sarcófagos. En este periodo, los nobles y algunos egipcios sin parentesco con la realeza empezaron a tener acceso a la literatura funeraria, que más tarde evolucionaría hasta dar lugar al conocido libro de los muertos. En tiempos del nuevo imperio, cualquier egipcio que pudiera permitirse un libro de los muertos disponía de los hechizos e instrucciones necesarios para llegar a la otra vida sano y salvo.

Dentro de la gran cantidad de objetos funerarios, se encuentran las barcas funerarias. Estas formaban parte de las prácticas funerarias de los egipcios, quienes las introducían en ciertas tumbas. El propósito exacto de este ritual podría ser el tener la posibilidad de un medio de transporte la vida eterna. Los egipcios le dieron gran importancia al nombre del fallecido. El nombre era la parte más importante de la persona en la vida terrenal y en la siguiente vida. Las tumbas tenían los nombres y títulos del difunto inscritos en varios lugares. Los que visitaban la capilla mortuoria, debían leer en voz alta el nombre inscrito para que así fuera recordado y floreciera en la otra vida.

Desde los tiempos más remotos de la historia egipcia, cada egipcio se ha enterrado con al menos un pequeño ajuar funerario; todo un conjunto de objetos que pensaban que les serían necesarios tras la muerte. Este ajuar consistía como mínimo, en una serie de objetos cotidianos como tazas, peines, entre otros utensilios, además de comida. Los egipcios

más adinerados se enterraban con joyería, muebles y gran cantidad de artículos de lujo. El ajuar también incluía un Urs, un amuleto con forma de almohada diseñado para proteger la cabeza de la momia.

Los egipcios más acaudalados eran enterrados en ataúdes de madera, acompañados por una gran variedad de artículos de lujo. El ataúd de forma rectangular se convirtió en el estándar, siendo adornado con brillantes pinturas e incluyendo con frecuencia algunas ofrendas. Las personas que mayor poder económico, no escatimaban en gastos para asegurarse un pasaje a la vida eterna. Sin embargo, los egipcios menos pudientes no podían pagar los servicios de un momificador porque eran demasiado costosos. Estos al momento de perecer, se los enterraba en fosas comunes en donde el mismo calor y el clima húmedo del desierto los momificaba de forma natural.

En el nuevo imperio, algunas de las antiguas tradiciones funerarias cambiaron. Por ejemplo, se popularizó el ataúd de forma antropomórfica, y se

empezaron a incluir en las tumbas pequeñas estatuas (Ushebti), que los egipcios pensaban que trabajarían para ellos en la otra vida. Además, se podía añadir a las tumbas figurillas mágicas para proteger a los muertos de cualquier tipo de daño. Aunque los tipos de objetos funerarios fueron cambiando a lo largo de la historia del antiguo Egipto, su función siempre fue proteger a los muertos y servirles como sustento en la otra vida.

Morir esperando la venida del Mesías

En la tradición Judaica monoteísta, solo existe un único Dios. Todos los preceptos están contenidos en la Tora que el pueblo de Israel debe observar, conservar y cumplir. En el judaísmo, el alma es preexistente al cuerpo, procede de Dios. Creen en la transmigración de las almas (Gilgal). En la cosmogonía Judaica, la muerte solo pone fin a la vida material. El alma comienza una nueva vida en el mundo venidero (31).

Esta fe ha proporcionado al judío, la entereza para enfrentar la muerte y crear toda una serie de

rituales que le permiten manejar una de las crisis más profundas del ser humano. La muerte se produce cuando el alma se separa del cuerpo y durante este periodo de separación; es cuando los parientes rezan para que el alma suba en paz al cielo. Para el judaísmo el Mesías no ha llegado. Se cree que una vez llegue, el alma va a reencontrarse de nuevo con el cuerpo (resurrección), momento para el disfrute de una vida divina, libre de enfermedades, guerras y calamidades.

La muerte en el judaísmo está llena de simbolismos. El mundo venidero (Olam Ha-ba). En ese nuevo mundo vendría el Mesías, quien tiene como propósito restablecer una vida sagrada. Los rabinos hablan de una resurrección de muertos, que sucederá en esa venida. El alma espera ansiosa esta venida mesiánica, momento donde se unifican los cuerpos con las almas; siempre y cuando superen el juicio final. El alma se queda en el cuerpo hasta que éste sea enterrado, mediante un ritual de purificación el alma se separa del cuerpo.

En el judaísmo se pone mucha atención a una serie de preceptos, obligaciones y tareas a seguir durante la vida (Tikkum ha-olam), para mejorar la relación con Dios y ello aseguraría una buena vida y muerte. La muerte en la religión judaica, se la ve como premio y castigo a la vez. Se sabe que es algo natural e inevitable que lleva a la resurrección y que finalmente, puede conducir al cielo o al infierno.

Sin lugar a duda, el judaísmo es una guía para la vida, no para la muerte. Al hombre se le entrega la posibilidad de escoger. La elección no es gratuita, la vida o la muerte están relacionadas con la aceptación o rechazo de una forma de vida ordenada acorde a lo que el texto revelado exige. En caso contrario, el hombre perecerá, volverá al polvo del cual fue sacado … "porque polvo eres y al polvo volverás"

El judaísmo enseña a vivir en el aquí y en el ahora. En su texto sagrado: La Torá podemos visibilizar sus preceptos: Mira, yo he puesto delante de ti hoy la vida y el bien, la muerte y el mal, porque

yo te mando hoy que ames a Jehová, tu Dios, que andes en sus caminos y guardes sus mandamientos, sus estatutos y sus decretos, para que vivas y seas multiplicado y Jehová, tu Dios, te bendiga en la tierra a la cual vas a entrar para tomarla en posesión.

Pero si tu corazón se aparta y no obedeces, te dejas extraviar, te inclinas a dioses ajenos y los sirves, yo os declaro hoy que de cierto pereceréis; no prolongaréis vuestros días sobre la tierra adonde vais a entrar para tomarla en posesión tras pasar el Jordán. A los cielos y a la tierra llamo por testigos hoy contra vosotros, de que os he puesto delante la vida y la muerte, la bendición y la maldición escoge, pues, la vida para que vivas tú y tu descendencia, según el libro de Deuteronomio 13-15-19. (32)

Dentro de esta cosmogonía, la muerte es una realidad natural, tan real y normal como el nacer, el crecer, la madurez y la vejez. La muerte es la única certeza y por ser lo único seguro; se procura santificar la vida a través de la Torá (Tora Jayim). Del mismo modo, se debe procurar santificar la muerte

porque en la oscuridad; la muerte representa un misterio de divinidad. El hombre puede trascender la muerte de diferentes maneras: puede ser inmortal biológicamente a través de sus hijos. En el pensamiento, a través de la supervivencia de su memoria. Por la influencia, en virtud de la prolongación de su pensamiento, a través de sus discípulos. Idealmente, a través de su identificación con las cosas eternas del espíritu.

El judaísmo rodeó a la muerte de prácticas con un profundo respeto por el moribundo, así como una gran preocupación por la familia; afirmando permanentemente los principios religiosos ofreciendo a la familia orientaciones para enfrentarla y atenderla desde la compasión y la dignificación. En la religión judaica, existe el Bikur Jolim organización conformada por mujeres, quienes se encargan de visitar a los enfermos, ofrecer ayuda y estar pendiente de ellos para que su proceso sea mucho más llevadero.

La visita a los enfermos ésta considerada un deber y su objeto es la de infundir afecto al enfermo, reanimarlo y rezar por su recuperación. La práctica de esta visita está reglamentada. La razón de ello es que aun cuando son beneficiosas para el enfermo a veces pueden causar dolor o pena, sentimientos que se deben evitarse al enfermo y a su núcleo familiar. La vida es un don de Dios y sólo Él puede retirar su don y despojar de la vida a un ser vivo.

Razón por la cual, está prohibido realizar acto alguno que pueda acelerar la muerte. En el judaísmo la destrucción del cuerpo está prohibida por estar éste, creado a imagen y semejanza de Dios. El judío no permite la incineración porque considera esencial el regreso a la tierra de la cual fue creado. “Porque polvo eres y al polvo volverás” según Genesis 3:19 (32).

Los ritos mortuorios constan de cuatro etapas: los relacionados con los moribundos, relacionados con los funerales, los ritos de inhumación, el duelo y el aniversario. El cuidado del cadáver, la preparación

del sepelio, y el entierro en sí, son tareas religiosas de carácter sagrado. En toda comunidad generalmente se organiza una Jevrá Kadishá, o sociedad sagrada, compuesta por miembros piadosos de la comunidad. Esta se responsabiliza y asegura que una persona permanezca con el cuerpo hasta que se le dé sepultura, ya que, de acuerdo con la tradición judía, éste no debe abandonarse hasta que se realice su funeral.

El judaísmo cree que suceden tres diversas posibilidades con el alma, una vez fallecido el cuerpo: el alma espera la aparición del Mesías. Entonces se volverán a unificar los cuerpos con las almas, siempre y cuando superen el juicio final; el alma se queda en el cuerpo hasta que éste sea enterrado, mediante un ritual de purificación, el alma se separa del cuerpo y el alma se pudre con el cuerpo.

Generalmente, el rito de entierro es sencillo conformado por oraciones, salmos y unas palabras hacia el ser querido. Todo ello sin decoración floral,

encargándose los familiares de donar dinero a instituciones caritativas. Personas no judías pueden participar en el culto funerario, pero no en el entierro. Todos los hombres judíos o no, tienen que cubrir su cabeza en señal de respeto. Esta fase del rito está reservada a la familia más cercana, a quien se le concede el espacio para estar sin atender a muestras de apoyo social del entorno. No reciben ni se emiten muestras de condolencias en este momento.

Los deudos deben ser prudentes al expresar su dolor ya que el pesar y la tristeza, no devolverán la vida al ser querido. La esperanza sellada en torno al encuentro con Dios es la fuerza que insufla paz y serenidad. Producido el deceso, el cuerpo debe ser tratado con respeto y delicadeza. No se permite ni la autopsia ni la cremación. El difunto es trasladado cementerio, allí los miembros de la Jevra Kadisha (sociedad santa) se ocupan de realizar la purificación del cuerpo para luego cubrirlo con los Tajrijim

(mortajas) de color blanco. Luego, el cuerpo es depositado cuidadosamente en la tierra.

En las comunidades judías de la diáspora, el cuerpo es depositado en un ataúd rústico que posee la particularidad de dejar espacios abiertos para que el cuerpo tome contacto con la tierra. Es costumbre colocar debajo de la cabeza del difunto tierra de Jerusalén y en el caso de los varones; son enterrados con su Talit (manto de oraciones que el varón judío usa en los servicios religiosos.

En los primeros tiempos del judaísmo, sólo se enterraba al muerto envuelto en una mortaja y en el lugar de la tumba, se acostumbraba a identificarlo con una marca hecha con piedras. Epitafios y escritos existieron sólo como excepción y se implementaron posteriormente bajo la influencia de costumbres cristianas. No se acostumbraba a depositar flores sobre el ataúd ni sobre la tumba. En señal de que se ha estado presente en el lugar, se deja una pequeña piedra.

Una vez preparado el cuerpo, se traslada a una amplia sala especial en donde se realizarán los rezos correspondientes. Los miembros de la Jevra Kadisha acompañan al muerto, recitando salmos hasta el momento en que se procede a llevarlo al lugar donde se realizarán los rezos correspondientes. Seguidamente, se procede al Hésped (ceremonia fúnebre) y al rito de la Keriá rasgadura de la vestimenta de los deudos más cercanos. Esto es obligatorio para los siguientes parientes: padre o madre, hijo o hija, hermano o hermana, esposa/o. Se pronuncia el Tziduk Hadin (Juicio justo), oración y reconocimiento a Dios, juez equitativo que actúa con justicia cuando crea al hombre y cuando lo llama a pasar a la vida eterna.

Familiares y amigos lo acompañan a la última morada, cumpliendo así uno de los preceptos (Mitzvot) más importantes en el judaísmo. Tan importante es este precepto de acompañar acortejo fúnebre (Levaiá) que, en algunos casos, está permitido interrumpir el cumplimiento de otros

preceptos religiosos. Camino hacia la tumba, se recita el Salmo 91 y la procesión se detiene 7 veces durante el camino. El descenso del ataúd debe realizarse con prontitud y cuidado lakevurá (la sepultura) (31).

Familiares y amigos en señal de respeto y cariño, ayudan a llenar la fosa colocando tres paladas de tierra mientras pronuncian la frase Ki Afar Atá (porque polvo eres...). El Kadish, es la oración que se recita cuando se está de duelo o cuando se recuerda la memoria de un ser querido. Es importante destacar que su contenido no se relaciona para nada con los difuntos. En estricto rigor, el Kadish forma parte de la liturgia general y se recita en diversos momentos del servicio religioso normal.

Kadish significa 'santificación'. En esta oración se santifica el nombre de Dios y se recita para fortalecer la fe. Finalmente, el oficiante pronuncia la oración El Malé Rajamim. A la salida del cementerio los deudos reciben las primeras expresiones de

consuelo "HaMakom Ienajem Etjem Betoj Shear Avelei Tzión Virushalaim Velo Tosifu Ledaava Hod" (Que Dios les de consuelo junto a los dolientes del pueblo de Israel y Jerusalén y no sepan más de dolor) (31).

Los dolientes regresan al hogar, allí se sacan los zapatos y se sientan en el suelo o en sillas bajas. Los amigos y familiares les preparan la Seudat Havrahá (comida de condolencia). Glorifican a Dios y suplican por la paz de Israel. La primera comida al regresar del cementerio, la Seudá Havrahá, generalmente son alimentos redondos como el huevo o las lentejas. Estos alimentos son símbolos de vida y esperanza y su representación, es como la rueda del destino de la que nadie escapa. Se dice también, que su forma circular representa a la persona que está en duelo y se encuentra aún golpeada por el dolor.

El tiempo que transcurre entre el momento del deceso y el entierro, se denomina Aninut. Durante este período, los deudos no deben atender funciones

sociales ni comerciales sólo pueden abandonar la casa para el sepelio. En el interior de su hogar, deben cubrir los espejos (porque no es momento para vanidad). Tienen prohibición de bañarse, cortarse el cabello, las uñas, mantener relaciones sexuales. Su vida comunitaria-social está restringida.

El duelo se vive en tres etapas: la primera, Shiva, una semana, siete días; la segunda, Shloshim, un mes, 30 días y la tercera, Soj Shaná, un año, en realidad 11 meses. La Shivá representa un período de aislamiento social. En estos siete días hay gradaciones: los tres primeros son los más intensos, se comienza a tomar conciencia de la falta de la persona. El cuarto día inaugura una nueva etapa, la persona se encuentra preparada para hablar y comenzar a recibir el consuelo comunitario. Durante todo este período, se repiten actos y recitaciones, cada día y tres veces al día correspondientes a los servicios religiosos de Shajarit, Minjá y Maariv (rezos de la mañana). Minian

es el quórum necesario para la recitación de ciertas oraciones en los servicios religiosos (medio día y atardecer). La Shiva concluye antes del Shabbat. Las personas deben cambiar sus vestimentas y volver a su calzado habitual y asistir a la sinagoga.

Durante los Sheloshim, hay que abstenerse de todo lujo en el vestir, se continúa con la plegaria y recitación del kadish y el servicio religioso puede hacerse en la sinagoga. Aún permanece la imposibilidad de asistir a fiestas o realizar actos festivos en la casa. Al concluir este periodo, es tradicional que las personas se dirijan a la sinagoga en donde se realiza una Hazkará (oración en memoria del fallecido), se recita el kadish y el Malé Rajamim. También se acostumbra a visitar la tumba. Con este acto, el luto deja de ser obligatorio, salvo si el fallecido es el padre o la madre en cuyo caso hay que pasar a la tercera etapa: Toj Shaná.

Cumplido un año de duelo (Toj Shaná), la persona se reincorpora a su vida comunitaria y social normal. Pasado un año, viene el aniversario y la

respectiva recordación. Es obligatorio acudir a la sinagoga, recitar el Kadish y realizar Tzedaká (obras de caridad) en nombre del difunto (31).

Los duelos judaicos están repletos de rituales, el honrar al fallecido y cuidar de los que están en duelo está incluso reflejado como uno de los principales preceptos judaicos. No se hace duelo formal cuando el fallecido es un bebé con menos de 30 días. Cuando muere un individuo que se ha convertido al judaísmo procedente de otra religión o cuando se ha cometido suicidio; el rabino decide si las circunstancias emocionales del suicida le hacían no ser consciente de su acto. Tampoco se hace un duelo cuando falta el cadáver, hasta que se le declara fallecido, o cuando este es incinerado o es colocado en un mausoleo en lugar de ser enterrado bajo tierra (31).

Morir de la mano del profeta

El islam es la forma de religión más joven de las tres occidentales, reclamando para sí la singularidad y la originalidad correcta de las

religiones monoteístas. Según la tradición musulmana, el practicante debe mantener cinco claros preceptos:

- Schahada (Credo), aceptar, creer y expresar que su fe en Alá y en Mahoma como su profeta.

-Salat (Oración), el musulmán debe orar cinco veces al día, a distintas horas y siempre en dirección a su lugar sagrado y objeto de peregrinación la Meca.

-Zakat (Donativos), cuando al practicante le sea posible, debe dedicar parte de sus beneficios a los más necesitados.

-Swan (Ayuno), musulmanes sanos deben ayunar durante el día en el noveno mes del calendario islámico, denominado Ramadán. Durante este periodo, se abstiene de ingerir alimento o bebida alguna, así como de practicar sexo o fumar mientras el sol ilumine el día.

-Hadsch (Peregrinación), al menos una vez en la vida el practicante musulmán debe visitar la estación central de su fe la Meca. Si lo hace en el

duodécimo mes islámico, se trata de una gran peregrinación y se denomina Dhu al-Hijjah, en cualquier otro mes, se considera Umrah, una pequeña meditación.

En el mundo Islámico, la muerte esta precisada ampliamente en el Corán, que recoge toda la sabiduría de Dios revelada a Mahoma. La muerte es decidida por Dios. La muerte no es en sí misma un castigo, simplemente es el fin de una etapa que concluye el día de la resurrección y del juicio final (33). La muerte se interpreta como una desintegración entre cuerpo, alma, ego e intelecto en planos paralelos y sincrónicos.

Un paso hacia la vida eterna, para lo cual el creyente debe prepararse. El estudio de la muerte en el islam lleva a una filosofía de la vida. Sin duda, esta cosmogonía hace más conscientes de la inmediatez de la muerte. Enseña con claridad que la vida es una fracción y por ello, se debe vivir lo mejor posible al mismo tiempo que alerta de ser más sensibles al

dolor de los demás. Recordándonos lo perecedero de lo material y lo rápido que se llega al fin.

El Corán, afirma que Dios juzgará a cada individuo por sus obras. El cielo espera a quienes han vivido con rectitud y el infierno a quienes no lo han hecho. La creencia en el más allá, está muy extendida entre los musulmanes. En el islam el piadoso es aquel que se prepara para la muerte y por lo tanto, no teme morir. El alma se separa del cuerpo durante la muerte. El alma sigue viviendo y puede visitar a sus seres queridos los días séptimo y 40 después de la muerte, así como un año después.

El concepto del Tawakkul Allah significa que el místico del islam no se preocupa no se atormenta por las cosas terrenales, pues ya ha renunciado a todo lo mundano. No tendrá su pensamiento ocupado en otras cosas que no sean en meditar, pensar en Allah, alabar su santo nombre y en rezar constantemente. El Akhirah significa la vida eterna.

Otro importante concepto es el “Al Janna’ (auto aniquilación, anulación total del Nafs o ego para rendirse completamente en Allah). La meta última y principal es la unión con Dios, la que intenta lograr por medio del amor. El amor está por encima de la gnosis y conduce al éxtasis, a la embriaguez de Dios lo que lleva también a la auto aniquilación (fana), máxima expresión que indica la búsqueda de la unión con Dios por el amor. En tanto tal, la muerte no representa un desafío ni un temor, a través de esta, se puede llegar más pronto a esa unión mística.

Entre los musulmanes los que están mejor preparados para enfrentar la muerte y lograr el (Al-Janna) son los sufíes. Esto es debido a sus mortificaciones constantes, a su meditación permanente, a sus oraciones, al desapego total de todo lo material, a la supresión del Nafs (ego), a las prácticas del Dhikr (pensamiento constante en Allah) y al Tawakkul Allah (la confianza total en Dios). Se pertenece a Allah y ciertamente a Él se regresa.

La muerte prematura solamente es decretada por Allah. El día del juicio, saldrán a la luz los libros y se abrirán todas las páginas donde ha quedado constancia de todos los actos los cuales se pesan en una balanza. La salvación se logra a partir de las obras. Arrepentirse antes de morir, es una opción de salvación. No hacerlo, es terrible ya que se erige un gran muro a espaldas del muerto y se trunca la salvación.

El no creyente muere infiel, tendrá un castigo de soledad y pena eterna ahogado en fuego. Los que temen a Allah estarán en lugar seguro. La muerte en la cultura Islámica es objeto de ritos funerarios y oraciones (Jinaza). El cadáver ha de ser lavado y enterrado lo más pronto posible y con el rostro mirando a la Meca. El Imán es la persona encargada de los ritos funerarios. El llanto y los lamentos se permiten solamente al momento de la muerte. Llorar por los muertos altera su descanso. La religión musulmana prohíbe la cremación.

Según dicta el Corán, el luto no se debe extenderse más de tres días. La única excepción es un luto de cuatro meses y diez días, que deberán cumplir todas aquellas mujeres viudas después del fallecimiento de su marido. Los ritos funerarios en el islam van desde cerrar los ojos del difunto (si murió con ellos abiertos), el lavado (Ghusl) ritual del cadáver, perfumarlo, amortajarlo (Kafan) con telas que cubran la totalidad del cuerpo, las oraciones fúnebres (Jana Iz), el cortejo fúnebre, el funeral (Janaza) hasta el entierro (Gabr).

Al musulmán se le entierra directamente en la tierra, en su costado derecho y con la cara mirando hacia la Qibla (dirección de la oración del islam) es decir, hacia la Meca. Las prácticas sociales con relación a la muerte y los muertos consisten en visitar a las familias, solidarizarse con todos los parientes del difunto, mostrar respeto, asistir al funeral y a las oraciones (Salat, Janaza) por el difunto. Todas estas creencias religiosas y prácticas

sociales permiten aborda el estudio de la muerte en el islam, como una filosofía de la vida.

Durante el enterramiento, el cuerpo es envuelto en un paño y llevado por hombres generalmente familiares, hasta el lugar donde lo depositan bajo tierra. Allí lo colocan según su tradición ligeramente colocado hacia la derecha, con los ojos hacia La Meca y los pies dirigidos hacia el sur. Según esta tradición, cuando todos los seres cercanos han abandonado el lugar unos ángeles levantarían el alma y antes de acompañarlo al descanso; le lanzarían cinco preguntas a modo de prueba final que el difunto debería responder adecuadamente: ¿Quién es tu Dios? ¿Quién es tu Profeta? ¿Cuál es tu Libro Sagrado? ¿Quién es tu Imán? ¿Cuál es tu Qibla? (dirección de oración).

Si a estas preguntas se responde con Alá, Mahoma, el Corán, el nombre del Imán y La Meca, entonces el alma encontrará su espacio de calma en su sepelio. La creencia popular indica que por estar recién fallecido el cuerpo, pudiera estar aturdido y

responder erróneamente a estas cuestiones aun sabiendo las respuestas. El Imán se queda un tiempo a solas en el lugar del sepelio, para orientar y guiar al fallecido a una buena muerte en dirección y sentido a las legislaciones islámicas.

Si responde correctamente estas interrogantes, el cuerpo y su alma pueden descansar tranquilamente en la tierra que le acoge hasta el día del juicio final. Ese día rendirá cuentas por la vida vivida y se le asignará un plano en la eternidad el cual está dividido en siete subplanos; que van desde el más alto elevado paraíso o Dschannah hasta el profundo infierno o Dschahannam.

Las mujeres al tercer, séptimo y cuarentagésimo día de la muerte, elaboran dulces que luego reparten entre el vecindario y la gente de su comunidad, simbolizando así una petición de guardarle al fallecido un dulce recuerdo. Este recorrido por las diferentes culturas y religiones permite ir precisando toda esa complejidad socio

cultural tejida y vivida alrededor del proceso vida-muerte.

La eterna esperanza

Después de la caída del Imperio Romano, Europa Occidental se descentraliza en reinos feudales, siendo la iglesia cristiana la principal fuerza que aglutina al continente frente a las diversas invasiones. Esta centralización del poder fue el principal elemento unificador durante la edad media, periodo de la cultura occidental que comprende tres grandes periodos: temprana, alta y baja edad media. El medioevo estuvo marcado por la religión cristiana. El poder de la iglesia fue la gran fuerza unificadora durante catorce largos siglos de hegemonía.

Los cristianos se debatían entre dos extremos: el lamento por la caducidad de la vida y la alegría por la salvación del alma. Es interesante señalar, que la muerte heroica es aquella donde valientes fieles mueren por defender los sitios sagrados (los cruzados). En la edad media, la muerte ocupó un lugar privilegiado en la estructura mental pues

generaba sentimientos de preocupación y miedo hacia lo desconocido.

En este sentido, se desarrolló todo un sistema de creencias y practicas ritualisticas para afrontarla, dar respuestas y contrarrestar la pérdida. La muerte era asumida como la separación del alma con respecto al cuerpo y el tránsito hacia una vida mejor. En otras palabras, morir en el mundo terrenal para renacer en el mundo celestial (34).

El poder de la iglesia selló una concepción dual que se tenía del cuerpo humano. El cuerpo era la prisión que contenía el alma. Existían dos tipos de muerte: la muerte natural y la muerte espiritual. Esta última era la más temida pues significaba traición a Dios y por ende, imposibilidad de acceder al cielo. La muerte en estos siglos estuvo representada en los imaginarios como liberadora (35).

Durante la edad media, los dogmas de fe eran aceptados sin discusión y cualquier duda que se oponía a éstos era duramente castigada. Había que asegurar la salvación y la mejor manera de hacerlo,

era dejando cantidades suficientes de dinero para sufragar los gastos ocasionados por las misas (cuantas más mejor), destinadas a la purificación del alma. Lograr de esta manera un lugar en el cielo, precisaba de dinero y poseer condiciones materiales.

La muerte además de ser algo natural, significaba un acto social y de reconocimiento de la vida y obra del difunto. Los funerales eran objeto de un complicado ritual que cambia en función de la clase social del fallecido. Cuando se trataba de algún miembro/a de la familia real, el luto y el dolor debían ser sentidos por todo el pueblo quienes tenían que vestir de luto y evitar todo tipo de festejos. Por otra parte, los funerales en estos casos eran lo más aparatoso posible, con cantidad de sacerdotes oficiando procesiones, misas e infinidad de oficios litúrgicos.

El teocentrismo propio de la ideología medieval marcaba el destino hacia la trascendencia, camino a la divinidad. Todo un desapego de la vida terrenal.

Es en la muerte y a través de esta, como se manifiesta la verdad divina. Esa conexión de la muerte con Jesús como camino de salvación y de unión con el Padre eterno; sellan el momento de la muerte como eslabón de salvación. “yo soy la resurrección y la vida” frase emblemática que sedimenta una representación muy fuerte de la muerte como camino de liberación.

En tanto tal, la salvación se logra a través de la muerte y de una vida más allá de esta. Muerte y resurrección, representan la reivindicación de una fe que permite vida eterna. En la alta edad media, la muerte forma parte de la economía diaria de la gente. Se muere en los hogares dada la cantidad de carencias. Durante este periodo, se la representa como “la muerte domesticada”. La vida terrenal sería considerada como un mero tránsito hacia la eternidad. El cielo era el destino deseado por todos, pero por mucho que se preparara para ello, el camino para la salvación no estaba asegurado y el infierno constituía un serio peligro.

A partir del siglo XIII adquiere fuerza la idea de un tercer lugar: el purgatorio espacio intermedio entre ambos, donde las almas necesitan un tiempo de expiación para acceder a la gloria celestial. Allí esperan ser reconocidos todos los actos piadosos hechos en la tierra. De igual manera aparece también en estos momentos, la existencia del limbo como el lugar destinado a las almas de los niños no bautizados.

La creencia del purgatorio promovido por la iglesia católica, influjo notablemente en la inclusión en los testamentos de misas, y donaciones para acortar su estancia en ese lugar. Los banquetes funerarios, generalmente almuerzos eran ofrecidos por la familia a los clérigos y a los vecinos después del funeral.

Frente a la cosmovisión creada por la iglesia, surge el temor y el terror a morir como consecuencia de toda una serie de acontecimientos como las hambrunas y las pestes. Estar infectado represento un grave estigma por la violencia y el trato inhumano

que se dio a los apestados. La muerte dejo de ser ese paso idílico al mundo celestial, para ser representada con miedo y horror.

Al respecto Morin (36), declara que el propósito de cristianismo se centró en la culpabilidad y el pecado de la carne, el sufrimiento y la redención. Trae un mito antropológico grandioso en el momento en que el hombre de las civilizaciones urbanas se transforma. Trae las verdades del corazón, las "verdades del alma aptas para frenar victoriosamente las verdades de la razón. Y estas "verdades" se han impreso con una profundidad tal porque contienen la explicación de la victoria sobre la muerte.

Es interesante señalar que, durante la edad media, la lepra o los llamados muertos en vida, eran considerados castigo divino. Se les expulsaba de la comarca, y se les prohibía todo contacto con la gente, frecuentar sitios, lavarse en ríos, caminar en la misma dirección del viento. Se les entregaba una especie de ajuar funerario el cual consistía en una

capucha color café, bastón, una taza, un plato y una campanilla para avisar de su presencia. Condenado a la soledad y a vagar hasta su muerte. Finalmente terminaban en los campos de apestados donde morían para el mundo, pero renacían para Dios.

Es necesario destacar, que la Iglesia respetaba y defendía ciertos dolores y muertes como el martirio individual por defender la fe (los santos mártires). Avanzada la edad media la visión teocentrista fue dando paso a una perspectiva más antropocentrista basada en la vanidad, el culto a la fama dentro de la clase nobiliaria. El deseo de perpetuar la vida y la búsqueda de la gloria, placer, fama y dinero como mecanismos para alcanzar la inmortalidad terrenal.

El concepto de la muerte como puerta a una ulterior vida, se fue autoafirmando hasta el siglo XV, fundiéndose con otros factores como la fama, el poder, la inmortalidad. La muerte también provocó otro tipo de miedos: morir fuera de tu entorno (muy común entre reyes y caballeros), miedo a no

encontrar la paz eterna, miedo a caer en el olvido (pensar que después de muerto no hay nada), miedo a morir sin ser confesado, miedo a morir en pecado (siendo el más castigado el suicidio), porque solo Dios podía acabar con aquello que había creado y finalmente, miedo a los aparecidos o fantasmas.

En síntesis, la concepción de la muerte en el pensamiento medieval se caracterizó por la creencia de ser un plan divino, donde la vida terrenal que se deja era un regalo de Dios, iniciándose al morir otra nueva vida, la eterna, junto a Dios. La vida terrenal era considerada como un tránsito divino a la eternidad. El objetivo de la Iglesia fue liberar la ansiedad tanatofóbica a través de ritos funerario-breves y estilizados.

La muerte, se construyó como algo normal y natural que tenía que ocurrir y para ello, tenía que prepararse en vida, realizar buenas obras, vencer las tentaciones, el pecado, ir a misa, recibir la gracia de Dios a través de los sacramentos; para no condenarse y así gozar de una vida eterna mejor que

la terrenal (corta, fugaz y pasajera). La muerte podía llegar en cualquier momento, por lo que había que estar preparado, nadie estaba exento de ello.

El uso constante del temor a la muerte y al infierno, formó parte de la doctrina pastoral de la iglesia. El pueblo contaba con los sermones e imágenes para ilustrarse. La gente observaba las pinturas en las iglesias, el dolor del infierno y sus horrores, todo ello contribuyó a sedimentar en los imaginarios sociales el temor a la muerte. Cabe señalar que la enfermedad era considerada castigo divino, como consecuencia de haber pecado. La mala muerte (muerte impura), se designaba a la muerte súbita (sin preparación). La iglesia negaba dar cristiana sepultura a la muerte por suicidio.

El proceso de muerte era acompañado con fervor y asistencia. La iglesia en tiempos de epidemias dio cobijo a nobles para evitar que fuesen conminados a los campos de apestados y morir en abandono. Todo ese apoyo, a cambio de testamentar a favor de la iglesia. Es oportuno

señalar, que la iglesia cristiana mostró cierta compasión frente a la enfermedad y la muerte. Los xenodoquios especie de asilos para los peregrinos, llegaron a ser el germen de los hospitales. En estos espacios, se daba cobijo desde el amor y la compasión a quienes estaban en proceso de muerte.

En relación con la preparación del cuerpo del difunto, éste se envolvía en un lienzo o sudario que sólo dejaba visible la cara, manos y pies, Más tarde se va introduciendo la costumbre de amortajar a los difuntos con otro tipo de indumentaria. En la baja edad media, se realizan cambios, entre ellos se conoce la disimulación u ocultación del cadáver. Cada vez fue más habitual que la introducción en el ataúd se realice en la casa, razón por la cual, el difunto saldrá de la habitación oculto a las miradas de los asistentes. Las órdenes religiosas y el clero solían ser enterrados con sus hábitos religiosos

Toda persona medianamente pudiente, intentaba procurarse tumbas dignas, al abrigo de los conventos o parroquias a los que poder confiar el

encargo de memorias por su alma. Los nobles y prelados más poderosos dejan contratadas ceremonias y lugares todo un deseo de ostentación y grandeza que los llevaba a levantar suntuosas capillas en los templos o monasterios más representativos de las comarcas. Los fieles esperan la muerte y se preparan para ello obrando correctamente según la doctrina de la iglesia. La idea medieval de la vida concebida como "valle de lágrimas", seguía muy presente en el hombre del siglo XV y ello condujo a una cierta visión romántica de la muerte como liberadora.

En la baja edad media, se produce la reforma. Un proceso religioso de gran trascendencia social que se gesta en Europa en los inicios del siglo XVI. La reforma protestante (1517-1648) fue uno de los acontecimientos culturales, políticos y religiosos más importantes de la historia, la cual contribuyó a configurar el mundo moderno. Fue un acontecimiento que duró más de 100 años cambiando radicalmente la forma en que las

personas se entendían a sí mismas, la religión, la sociedad y en última instancia, la forma en que se define la verdad.

Básicamente los reformadores se plantearon dos actitudes: una que acepta el dogma y poder temporal de la iglesia, y la otra que cree en el libre examen de los textos sagrados y rechaza el poder económico y hegemónico de las instituciones religiosas. El movimiento se gestó en Alemania con Martin Lutero (padre de la reforma protestante), quien se rebeló contra los abusos de la iglesia. Las 95 tesis de Martín Lutero se popularizaron a través de la imprenta, al igual que sus otros escritos, los cuales se tradujeron e imprimieron en otros lugares inspirando todo un movimiento fuera de Alemania.

Con la Reforma, se modificó la disciplina clerical, permitiéndose el matrimonio de los ministros entre otras reformas estructurales como retomar el espíritu “original” del cristianismo, el catolicismo se había apartado de ello. No aceptar la autoridad de los papas y los concilios. Lutero dejo bien sentado

que solo a través de las Sagradas Escrituras, se puede comprender la verdad de Dios. Sostiene que la fe es el único camino de salvación de las almas. La concepción del purgatorio fue erradicada.

Con la reforma protestante, se gesta un cambio gradual en la representación social sobre la muerte. Lutero el gran reformador señalaba que los muertos lejos de ir al infierno o al cielo al morir; descansaban inconscientes hasta una futura resurrección. El hombre es un alma mortal que puede dejar de existir. Morir es “el sueño de la muerte”. Los muertos duermen en completa inconsciencia hasta el día del juicio.

Después de la muerte, el alma va a su alcoba y a su paz y mientras duerme no se da cuenta de su sueño solo Dios preserva al alma que despierta. Lutero intentó explicar la conservación de nuestra existencia a través de la muerte hasta la resurrección. Muchas mujeres contribuyeron de forma significativa a la reforma, especialmente cuando vieron la esperanza de tener una voz

igualitaria en los asuntos públicos y una mayor autonomía.

El renacer. Luz… más luz.

Durante el renacimiento, se puede constatar una dualidad de pensamiento. Por un lado, las improntas medievales subsisten todavía como residuos de los siglos anteriores impregnando la mayoría de las manifestaciones humanas de la época de las luces. Por otra parte, el hombre se sitúa en el centro de la cosmogonía renacentista, todo un proceso de descentración (antropocentrismo). El término renacimiento se utilizó para reivindicar los valores de la cultura grecolatina. Se planteo una nueva forma de ver y de estar en el mundo. La política, la filosofía y las ciencias posibilitaron el descentramiento teocéntrico hacia lo antropocéntrico.

Es oportuno señalar, que la mejor forma de concreción del pensamiento renacentista estuvo marcada por el predominio del arte en todas sus manifestaciones. La muerte también encontró en las

diferentes manifestaciones artísticas un espacio bien interesante. Pintura, escultura, literatura y toda una riqueza estética plasmada en suntuosas capillas.

A comienzos del siglo XVI, el último grito de la moda eran las calaveras talladas en marfil por un lado con su respectivo rostro humano y por el otro, símbolos de estatus, riqueza y el recordatorio de la muerte. Comúnmente conocidas como "Memento Mori", estas piezas toman su nombre de una frase latina (que significa "recuerda que morirás") Eran coleccionadas por las élites sociales en Francia, Alemania, Bélgica y los Países Bajos, desde comerciantes en ascenso hasta la monarquía. El renacimiento, este asociado a un amplio movimiento cultural. El mundo de las artes experimento un gran desarrollo, donde se conoce la importancia de Florencia como epicentro de todo ese florecer que se extendió luego por toda Europa.

El redescubrimiento del mundo clásico grecolatino en el renacimiento permitió entender de otra manera la muerte y el arte cambió para poner

más el foco sobre la vida que sobre la muerte. El movimiento renacentista se caracterizó por una serie de marcas onto epistémicas: tendencia hacia la acumulación de poder de los reyes frente a los señores feudales; redescubrimiento del mundo clásico en todas sus facetas (arte, literatura, pensamiento); iglesia más permisiva, el pecado puede compensarse comprando bulas (la Iglesia hace negocio con el pecado).

Así mismo, los movimientos de reforma (Lutero, Calvino), los reformistas promueven que cada individuo pueda leer e interpretar libremente la Biblia; guerras de religión en el centro de Europa: protestantes vs católicos; contrarreforma (Concilio de Trento: 1545-1563); el protestantismo se asienta en Europa; vitalismo, la vida y todo lo que la rodea (incluido su disfrute), es el centro de las reflexiones de los pensadores renacentistas; antropocentrismo, el ser humano es el centro de las reflexiones, la razón entra en escena para quedarse.

Apareció un movimiento literario y cultural que se extendió por Europa durante los siglos XIV y XV, el cual consistió fundamentalmente en un renacimiento de los estudios greco-romanos. La invención de la imprenta dio un gran impulso al humanismo mediante la difusión y edición de los clásicos. En el siglo XVII, se le entregó al hombre la herramienta de la razón para la solución de todos los problemas.

A partir del siglo XVIII, se encuentra una producción científica en todos los espacios de la vida societal. Fe ciega en la diosa razón, un nuevo piso onto- gnoseológico para el despegue societal moderno. A la luz del individualismo renacentista, se empieza a fraguar una estrecha relación entre la muerte y la conciencia de uno mismo. La muerte se concibe como un espejo en el que el ser humano, descubre su individualidad. En concordancia con este planteamiento, se advierte un cambio de paradigma una nueva etapa que alcanzará su

máximo esplendor y a la que se identifica como “la muerte propia” (37).

Comienza a surgir de manera transversal en la sociedad, esa “muerte propia” apreciada con nitidez en el gusto por los temas macabros, plasmados en la pintura y en la escultura. Una literatura muy particular surge para combatir y exorcizar los miedos a la muerte. Se hace referencia a los Ars Bene Moriendi (el arte de bien morir). Se trataba de manuales que recogían consejos y procedimientos de cómo afrontar la muerte y un morir bien.

Ars Bene Moriendi es un extraordinario texto anónimo de mediados del siglo XV perteneciente a la tradición medieval cristiana. Es una guía para el tránsito. Pretende ilustrar a la población en general sobre cómo prepararse para bien morir, en una época en que la peste negra había diezmado también el número de sacerdotes preparados para ofrecer este servicio. Consta de seis capítulos, el primero enseña que la muerte no es algo a lo que hay que temer.

Los siguientes capítulos dan explicaciones acerca del proceso, preguntas para hacerle al moribundo, oraciones, consolaciones y pautas de comportamiento para amigos y familiares. El Ars Bene Moriendi en su sabiduría, contempla el proceso de morir como un rito de paso dividido en tres tiempos: separación, umbral y reincorporación a la fuente.

El Ars Bene Moriendi se fue simplificando y poblado de imágenes para que incluso las capas más humildes de la población pudieran entender su mensaje (38). Representa al moribundo en el lecho de muerte rodeado de su familia. De un lado, los enviados del demonio tratan de tentarle y del otro, el ángel del Señor acude en su ayuda para mostrarle el camino a la salvación. La buena muerte era aquella que sucedía en la paz del hogar, con el moribundo rodeado de los suyos. Este texto describía las tentaciones que el moribundo sufría durante la agonía de la muerte y el modo de luchar contra

estas, haciendo uso de la fe en Dios y la esperanza de la salvación.

Uno de los ejemplos más representativos es el Bene Moriendi conservado en el Museo Ashmolean de Oxford, allí se aprecia la lucha del moribundo por vencer la desesperación, se materializan todos los pecados cometidos por quien agoniza. La salvación se trabaja mediante el arrepentimiento. Estas cartillas o pequeños manuales de autores anónimos gozaron de gran popularidad.

Bien entrado el siglo XIX, aparece la" muerte ajena" el miedo se desplaza de uno mismo hacia la pérdida del ser querido. Estos cambios de mentalidad en relación con la muerte se dejaron sentir en los rituales funerarios modificados. El hombre que había pecado podía ser redimido en el lecho de muerte, pero se lo jugaba todo en esos últimos momentos de su vida. Esto llevó a un terror a la muerte súbita o imprevista, especialmente aquella que no permitiera al difunto prepararse con antelación.

La buena muerte como ya se ha descrito, era aquella que alcanzaba al moribundo preparado y rodeado de los suyos, se le conocía como “muerte domada”. Para ello, era necesario cumplir con todo un conjunto de prácticas cuando se acercaba el momento de la muerte. La salvación del alma mediante el cumplimiento de este ritual era tan importante a que cuando un enfermo se encontraba grave; se hacía todo lo posible por curar su cuerpo para tratar de salvar su alma.

Para alcanzar la buena muerte se señalan una serie de pasos En primer lugar, el moribundo expresaba sus últimas voluntades en un testamento delante de varios testigos y nombraba a su heredero. En el testamento también figuraban las especificaciones de su enterramiento, así como las misas que quería que se dijeran en su nombre después de muerto. Esta era una manera de propiciar la salvación del alma. Seguidamente, se desprendía de sus bienes terrenales, objetos de valor, lienzos y otras pertenencias y se despedía de

sus seres queridos. Era muy importante la presencia de testigos para asegurar el cumplimiento de las últimas voluntades del finado. De igual manera, se transmitía el mensaje de aceptación de la muerte y la renuncia de todo lo terrenal. Liberado de sus posesiones, se le daba alivio espiritual (39).

El moribundo realizaba su última confesión y recibía la extremaunción. Durante el tiempo de agonía, se velaba al enfermo hasta que llegaba el momento de la muerte. La familia acompañaba el ataúd en cortejo fúnebre por estricto orden jerárquico y portando cirios. Les seguían los criados y algunos pobres y mendigos. Se ofrecía un banquete público y limosnas a los pobres como el finado había dejado estipulado en su testamento. Se trasladaba el cuerpo al lugar elegido para su enterramiento, si era una persona de alta posición social; se exponía su cuerpo durante días. Las manifestaciones de duelo también eran públicas. Las mujeres se arañaban el rostro y se vestían de negro. En el caso de fallecimiento de un rey, se cerraban los negocios y

los oficiales vestían atuendos especiales para la ocasión (40).

La muerte no terminaba en la tumba, se celebraban aniversarios del difunto de manera anual y se ofrendaban banquetes en su honor. La presencia de los muertos en el mundo de los vivos era constante. Los gastos eran tan excesivos que muchos herederos quedaron en pobreza. Esta situación devino en leyes restrictivas contra funerales demasiado ostentosos. Las familias adineradas compraban espacios lo suficientemente amplios para enterrar a toda la familia construyéndose hermosos monumentos claramente identificados con heraldos para ser recordados siempre o con figuras escultóricas asemejando las características físicas del finado, o cuerpos descompuestos esculpidos con gusanos o alimañas trepando por su cuerpo. Huizinga (41), precisó que toda esta puesta en escena surge como una reacción al apego por la belleza. En la misma línea de pensamiento, Aberth señala que estas grotescas

figuras pudieran estar relacionadas con el desapego a lo terrenal (42).

Para los pobres quienes no podían permitirse este tipo de lujos, los predicadores repartían con frecuencia grabados que simplificaban el mensaje de la Biblia. Destacan entre estos folletines las Biblias de los pobres. También se repartían estampas que representaban temas iconográficos populares con más sencillez. Su función era la de instruir, pero también se utilizaban como objetos de devoción, decorando el hogar o incluso se cosían a las ropas. Junto a estos folletines, se repartían también Ars Bene Moriendi, que alcanzaron una gran difusión a partir de la invención de la imprenta (43).

La representación de la muerte en el arte se relaciona con el resurgimiento de temas artísticos de carácter macabro que, si bien ya existían anteriormente, es ahora cuando alcanzan su mayor difusión. Reaparecen las danzas macabras en las que la muerte invita a un individuo de cada clase

social a que le acompañe en una danza fatal que culminará con su muerte. Democrática en apariencia, la muerte se lleva a los hombres por estricto orden jerárquico, de lo que se desprende que las diferencias sociales y económicas, no se borran completamente tras la muerte (44).

El tema de la danza macabra fue adaptado y modificado representándose en los más variados medios como poemas, pinturas, vitrales, esculturas, tapices, grabados en madera o metal. Esta y el encuentro de los tres vivos y los tres muertos son algunos de los temas iconográficos más significativos del arte macabro imperante en el renacimiento. Toda una nueva semiosis social en torno a la muerte y su percepción, toda una interesante impronta en los rituales funerarios y la estética de los sepulcros.

A todas luces, la manifestación más destacada respecto a la representación de la muerte en el renacimiento es la denominada cultura o sensibilidad macabras, o simplemente macabro. El término

macabro designa a aquello que participa de lo feo y repulsivo de la muerte. Esta mirada renacentista retrata una visión de la muerte que evoca la resignación, la aceptación de la muerte propia y luego la ajena. Llama la atención, el surgimiento de la cultura macabra con su intención moralizadora e impermanente de la existencia. Un total toque sarcástico frente a la opulencia y el poder de la aristocracia de la época.

La Diosa razón

A partir del siglo XVIII, la muerte va a ser medicalizada, se aleja del dominio religioso e irrumpe como problema médico. Se desarrolla todo un discurrir filosófico centrado en las relaciones de poder. Se visibilizo que la sociedad europea sedimentó dos tecnologías de poder: las tecnologías disciplinarias que se traducen en una anatomo política del cuerpo y las tecnologías de regulación social que configuran una biopolítica de la población.

En este momento, se produce el despegue del sistema medico como consecuencia de tres

procesos: como bio historia para enfrentar las enfermedades infecto contagiosas. El segundo hace referencia a la medicalización propiamente dicha. El cuerpo humano se encuentra inserto en una poderosa red medicalizada. El último proceso, se focaliza en la economía de la salud. De esta manera, se consolida el modelo biomédico convirtiéndose en un poder biopolítico. Todo es absolutamente objeto de control inclusive la muerte (45).

Dicha medicalización se sedimenta a finales del siglo XVIII y principios del siglo XIX se la identifico como modelo medico hegemónico, que responde a los criterios establecidos por la ciencia en la modernidad. Un saber y una práctica médica morbicentrista. Al ser expropiado el cuerpo por el modelo en referencia, la muerte corre el mismo destino. Ella queda atrapada y a merced de las decisiones del poder medico quienes tienen la primera y última palabra. Todo un ejercicio de poder que expropia al ser humano de su cuerpo y de su propia muerte (46).

Freud en la modernidad, deja bien sentado que la muerte no se piensa. El hombre, aunque está consciente de su impermanencia, jamás se ve a sí mismo como muerto. Solamente somos capaces de mirarla en los otros y la única manera de enfrentarla es negándola. Plantea que el hombre muestra una inclinación a prescindir de la muerte y a eliminarla de la vida. En este orden de ideas, la muerte propia es inimaginable, y en el fondo nadie cree en su propia muerte ya que ésta yace el inconsciente.

El ser humano está convencido de la inmortalidad y va aceptándola a través de la muerte de los otros. Señala que el ser humano al verse confrontado con la muerte no puede admitir su condición de impermanencia razón que lo lleva a construir mundos imaginarios para que su realidad pueda ser comprendida. Postuló el instinto de muerte a partir de los actos repetitivos. La repetición se reafirma en detrimento del placer y más allá del placer esta la muerte. La meta de la vida es la muerte (47).

Cada mínimo avance del conocimiento científico evidencia lo insustancial del mundo de los engaños y las creencias. Freud establece una estrecha relación entre la muerte y el sustrato religioso, la muerte es el origen de la religión asevera. A todas luces, la religión ha de ser considerada un piso para enfrentar la muerte. Afirmaba que el miedo a la muerte es más frecuente de lo que se reconoce y genera casi siempre de sentimientos de culpabilidad, que provienen de los pensamientos o sentimientos respecto a los seres queridos fallecidos que han quedado reprimidos en el inconsciente. El pensamiento puede asesinar aparentemente, porque cualquier daño realizado a nuestro omnipotente y despótico "yo" se considera en el fondo un crimen. El inconsciente, puede alojar violentos deseos de muerte frente a aquellos que nos han ofendido o perjudicado (48).

Sería un olvido imperdonable no traer a esta reflexión las ideas de Marx sobre la muerte (49). Señalaba que todo lo que gira alrededor de la muerte

son solamente proyecciones, construcciones sociales donde la religión encontró un terreno fértil para crear mundos ilusorios y fantásticos profundizando la alienación. La función ideologizaste de la religión, ha cumplido una fuerte representación idílica, reflejos imaginarios expresión de construcciones sociales para mantener la simbiosis religión- sufrimiento- muerte. Abolir la religión como el opio del pueblo, era el camino para lograr la auténtica felicidad.

Durante el proceso de trabajo, ya agotados los nuevos esclavos son convertidos en cadáveres, visibilizando y denunciando los procesos de envejecimiento y muerte que sufren. Todo hombre muere 24 horas al cabo del día. El análisis marxista, enfatiza en el carácter determinante de las condiciones materiales, relaciones sociales y las condiciones de producción en la vida de las personas, además de la conciencia que tienen sobre sí y sobre el mundo.

Dicha base material es considerada determinante para comprender la explotación y la muerte. Toda una crítica a la economía del capital, desarrollada extensamente en su obra El capital, donde Marx deja precisada como la sociedad capitalista se funda en torno al robo del trabajo humano a través del concepto de plustrabajo y plusvalor; legitimado en el estado de derecho a través de la propiedad privada sobre los medios de producción y el libre usufructo de esas ganancias.

En los tiempos modernos, la muerte es precedida en la mayoría de los casos por la enfermedad, razón por la cual el poder medico está en contacto estrecho con la muerte. De la muerte consciente, ritualizada y publica del medioevo se pasa a la muerte temida, solitaria, violentada en la modernidad. La muerte no puede despertar ninguna emoción perdiendo todo su valor ontológico (37).

A partir de la I guerra mundial comienza un proceso llamado “muerte prohibida”, apartada de la vida cotidiana, eliminada del lenguaje como un

episodio vergonzoso. Deja de ser esperada, acompañada y aceptada. Es un deber de la sociedad, mantener al moribundo en la ignorancia de su estado. El alivio de los síntomas fue la tarea principal del tratamiento médico. A partir del siglo XIX, la fascinación por la muerte de uno mismo es transferida a la preocupación por la muerte del ser querido, la llamada "muerte del otro". Ello se manifiesta en la expresión pública y exagerada del duelo y en el inicio del culto a los cementerios tal como los conocemos en la actualidad.

Durante el siglo XX, la medicina profundizo aún más su mirada medicalizada gracias a los avances tecnocientíficos. La mirada disyuntiva del cuerpo profundamente cartesiana segmentó la atención convirtiéndose la praxis médica en un proceso estructural funcionalista totalmente parcelado. La integralidad no ha sido posible a pesar de grandes esfuerzos por el rescate de la vida y la muerte como un todo sinérgico.

Sin lugar a duda, la mirada médica dotada del poder de la objetivación y la construcción científica; se posiciona con gran fuerza y poder y será el punto de partida para la transformación de todas las ciencias humanas. En la construcción de la mirada médica moderna, la observación se convierte en sistemática y ocupa una posición central en el desarrollo del saber médico. La observación implica dos dominios: el hospitalario y el dominio pedagógico.

Esta visión parcelada, ha conducido a un encarnizamiento terapéutico especialmente cuando el proceso de muerte está en evolución. Lamentablemente, el mercantilismo se hace presente sin el menor respeto a la dignidad humana. Dentro de esa lógica mercantilista y deshumanizada moderna; si no se puede salvar a un enfermo debe evitarse permanecer a su lado en sus últimos momentos. No se acompaña la muerte, aunque se alargue la vida gracias a los avances de la ratio técnica médica. No se muere en casa y se generaliza

la incineración como método para eliminar los muertos con discreción. Se acepta la prohibición de la muerte, no se habla de esta y el duelo de los allegados ha de realizarse en silencio. La muerte se convierte en un tabú social en una cuestión individual y privada. Se pasa de la muerte pública a la muerte oculta.

Esta evidente deshumanización frente a la muerte ha generado toda una serie de movimientos sociales a partir de la década de los 60, los cuales nacen con el propósito de brindar apoyo y mejor atención a pacientes en proceso de muerte. Con la aparición de la obra "La muerte y los moribundos" de Kübler Ross, se coloca sobre el tapete la dignidad del moribundo y la necesidad de su reconocimiento como un acontecimiento esencial en la vida de todo ser humano (50).

La muerte no es solo una realidad biológica, es una realidad ontológica y parte fundamental de la existencia precisa la autora. La demanda social de ayudar a una muerte digna ha permitido en algunos

países que se facilite una muerte tranquila y en absoluto respeto. Kübler Ross (51), sugiere la presencia del médico/a cuando se está en proceso de muerte en la medida de lo posible. Es muy importante que escuche con serenidad toda la emocionalidad que se despliega en esos momentos. Además de promover procesos de comprensión sobre su aceptación y reconocimiento lo que podría ser un gran alivio cuando se está sufriendo demasiado; respetando los mecanismos defensivos del paciente a fin de acompañar los últimos momentos.

La visión mecanicista en la formación médica y de los equipos de salud, además de la poca o muy escasa preparación para acompañar estos trascendentales momentos de la existencia; se ven opacados por no saber que hacer o simplemente por reproducir esa tremenda representación “no te involucres”. De este modo, el paciente empieza a vivir en solitario lo más esencial de su vida: su propia muerte.

Foucault ha dejado bien claro que la naturalización de la muerte la ha desacralizado arrebatándole toda su fuerza y poder existencial. En la medicina actual, se reconoce y asiste a la muerte corporal pero no al hecho psicológico, social y espiritual que la contiene. La deriva del ser es expresión de la profunda disyunción mente- cuerpo-espíritu- naturaleza (52). Recuerda el filósofo que la modernidad nos puso en conflicto con la búsqueda de sentido, que, junto a la trascendencia, ha sido un rasgo presente en todo el desarrollo de la humanidad a pesar de todas las ideologías (53).

Es necesario, introducir la muerte y sus significados en la Alemania Nazi. La muerte en serie, las fábricas de la muerte, el cuerpo convertido en mercancía. Las cámaras de gas, los hornos crematorios, los fusilamientos y ahorcamientos se nutrieron del cuerpo biológico. En este contexto, la muerte dejo de recibir un trato personal, todo se convirtió en un negocio impersonal que genero importantes ingresos. Auschwitz cambió la posición

de Occidente ante la muerte y el duelo. La incineración borro de la memoria a la muerte en masa bajo la maquinaria aniquiladora nazi (54).

Vale todo. La postmodernidad arropa

En los tiempos post modernos, la muerte se ha tornado como una cuestión técnica consecuencia del fracaso en el proceso de cura. La muerte desde estos horizontes epistémicos se representa como una frustración frente a todas las bondades que ofrece la tecnología. Con el advenimiento de la inteligencia artificial, el proceso vida-muerte ha tomado otros caminos ontológicos, teleológicos, epistémicos. Una total reinvención de las cosmovisiones acerca de la muerte.

Los imaginarios tecnocientíficos, han vendido toda una serie de ficciones futuristas donde la muerte, deja de ser un factum para convertirse en una simple circunstancia que puede corregirse. Utopías que se han sedimentado en los imaginarios (tecnotopias) donde morir no existe, es tan solo un accidente que puede ser transformado. Estamos sin

lugar a equivocarnos, frente a un posthumanismo donde la máquina, subvierte el morir y el nacer todo un negacionismo utópico de la muerte (55). La muerte deja de ser un destino inexorable y se convierte en un error plenamente reparable (56).

Con la entrada de los tiempos postmodernos, se encuentra con la muerte de los grandes relatos (57), entrando en escena los micro relatos y con estos, la diversidad de micro sentidos. Mas que ahondar en la búsqueda de sentido, el ser de la post modernidad se refugia en su propio mundo de sentidos, decidiendo su propio ideal de una buena muerte convirtiéndose de esta manera; en un agente activo de sus propias decisiones al final de la existencia.

Los nuevos horizontes que integran las ciencias postmodernas han hecho confluir numerosas disciplinas para dibujar a un ser nuevo provocando lo que se conoce como el shock del futuro (58). Lo que se ha dado en llamar la era de los seres postbiológicos, es decir, aquellos que como el

cyborg rebasan la dimensión biológica convencional para explorar otras alternativas (59). Pero no solo la robótica o la biología están “imaginando” a este ser futuro. Otras disciplinas como la robótica están prefigurando nuevos escenarios, las personas tendrán que aprender a convivir de manera diferente no ya entre sí, sino con las máquinas (60).

En los tiempos postmodernos, la muerte se ha tornado como una cuestión técnica consecuencia del fracaso en el proceso de cura. La muerte desde estos horizontes epistémicos se representa como una frustración frente a todas las bondades que ofrece la tecnología. Con el advenimiento de la Inteligencia artificial, el proceso vida-muerte ha tomado otros caminos ontológicos, teleológicos, epistémicos. Una total reinvención de las cosmovisiones acerca de la muerte.

La muerte deja de ser un destino inexorable y se convierte en un error plenamente reparable (56).

Con la entrada de los tiempos post- modernos, encontramos con la muerte de los grandes relatos

(57), entrando en escena los micro relatos y con ellos, la diversidad de micro sentidos. Mas que ahondar en la búsqueda de sentido, el ser de la postmodernidad se refugia en su propio mundo de sentidos, decidiendo su propio ideal de una buena muerte convirtiéndose de esta manera; en un agente activo de sus propias decisiones al final de la existencia.

IV.TANATOLOGÍA: PLURIDIMENSIONALIDAD DE LA MIRADA INTEGRATIVA

La tanatología es una disciplina que tiene por objeto el estudio sobre el proceso de la muerte y la muerte misma en múltiples circunstancias (perdidas). El término o la ciencia de la muerte fue acuñado en 1901 por el médico ruso Elías Metchnikoff, quién en el año de 1908 recibiera el premio nobel de medicina por sus trabajos sobre la fagocitosis. El propósito del capítulo es reflexionar acerca de la pluridimensionalidad de la tanatología desde una mirada integrativa.

Bases gnoseológica

En sus inicios, la tanatología fue considerada como una rama de la medicina forense que trataba todo lo relativo a los cadáveres desde el punto de vista médico legal. En 1930, como resultado de los grandes avances de la medicina se inicia un período en el que se confina la muerte a los hospitales. Para la década de los 50 esto se va generalizando cada vez más y el cuidado de los enfermos en fase

terminal, es trasladado de la casa a las instituciones hospitalarias.

En la década de los 70, la presencia de los familiares durante la muerte de un ser querido se vio cuestionada. Se generaliza la idea de la muerte como un hecho sin mayor trascendencia, ya que al ocultarla se le despojaba de su sentido trágico convirtiéndola en un hecho ordinario e insignificante. En el año de 1991 Elizabeth Kübler Ross, describe los fenómenos psicológicos que acompañan a los enfermos en fase terminal durante el proceso de muerte.

Define a la tanatología como una instancia de atención a los moribundos, razón de peso para considerarla precursora de esta ciencia. Está a través de su labor, hace sentir a los moribundos seres útiles y valiosos y para tal fin; crea clínicas cuyo lema fue ayudar a los enfermos en fase terminal a vivir gratamente, sin dolor y respetando sus exigencias éticas (51).

La tanatología es una disciplina amplia y muy compleja de abordar por las múltiples facetas y diversos campos de análisis que la transversalizan. Encontrándose inmersa en un mundo de términos y conceptos que provienen de las diferentes ciencias: naturales, sociales, espirituales, para lograr su desarrollo. Requiere de un equipo multidisciplinario para su abordaje integral e integrador. La tanatología es el estudio interdisciplinario que tiene por objeto, minimizar el sufrimiento físico y psicológico de los enfermos terminales, así como acompañar el proceso en todas sus etapas.

En la tanatología, la vida y la muerte son dos fenómenos interrelacionados el sentido de una, se prolonga en el de la otra. Aceptando que la muerte forma parte de la vida, promoviendo un cambio de actitud ante la idea de la muerte. La finalidad en general de la tanatología está centrada en que la gente viva con calidad, dignidad y con absoluta libertad. Razón por la cual, a lo largo de todo el texto se habla del proceso vida- muerte. Una de sus

finalidades principales es aliviar el dolor de la muerte y la desesperanza que trae consigo. No se trata de dar consejos solamente, es “ayudar a bien morir” precisamente cuando la muerte de un paciente está cerca. No obstante, no es la finalidad principal, ya que la tanatología aborda otros tipos de perdidas. Dentro de sus grandes propósitos se puede señalar:

-Comprender el dolor ante la muerte y la desesperanza que ocasiona cualquier tipo de pérdida. Abordando la situación de manera integral en sus aspectos bio-psico-social y espiritual.

-Ayudar con todos los medios disponibles a morir en plenitud de conciencia, es decir, con dignidad con total aceptación del principio de realidad, en paz interna y en reconciliación con la propia vida.

-Orientar a quienes se enfrentan de manera cotidiana al sufrimiento psicológico y al dolor físico que puede entrañar la muerte; contribuyendo a cerrar procesos de duelo con mayor conciencia y aceptación.

-Ayudar a trabajar todo tipo de pérdidas y los diferentes tipos de duelos que acompañan a lo largo de la vida; detectando tanto los duelos manifiestos como los latentes u ocultos.

-Contribuir a comprender el dolor como una manifestación natural del ser humano ante el proceso vida- muerte.

El avance que ha experimentado la tanatología en las últimas décadas, como expresión de una necesidad sentida frente a la indiferencia y a los diferentes momentos que acompañan la vida-muerte; se crea toda una corriente que facilite su estudio y comprensión haciéndola accesible a todas las personas que les interesa conocerla y formarse para el servicio.

Si partimos de la base que toda persona tiene constantes perdidas grandes o pequeñas que le generan dolor, sufrimiento, tristeza, culpa y por ende tiene que vivir distintos duelos desde que nace hasta momentos antes de morir; tiene que comprender el significado de cada duelo que experimenta y

encontrarle un verdadero sentido, en función de superarlo y de obtener el mejor provecho para su propia supervivencia y salud mental.

Como se señaló es una disciplina científica cuya finalidad principal es humanizar el proceso vida-muerte proporcionando una muerte digna, así como ayudar a los dolientes a elaborar procesos de duelo en diferentes circunstancias. Es una ciencia humana que trabaja con los enfermos terminales, con sus familiares, o con cualquier persona que haya sufrido una pérdida (pues cualquier tipo de pérdida produce un duelo), interviene en crisis (como intentos de suicidio) brindando apoyo al equipo médico en la orientación y canalización de los procesos que se derivan de diferentes tipos de perdida.

El principio de cuidar más allá de curar

La tanatología es considerada una ciencia y arte a la vez. Ciencia, porque busca el conocimiento de las cosas por sus causas, basándose en la observación, descripción, investigación información y organización de todos los eventos que ocurren en

una persona alrededor de su proceso vida-muerte (1). Es un arte ya que requiere de creatividad y sensibilidad para identificar las necesidades de quien está en proceso de duelo o perdida. También puede ser considerada una combinación de arte y psicoterapia, donde cada una de las partes recibe estimulo de la otra, donde lo más importante es la persona y su propio proceso.

Gracias a las diferentes manifestaciones del arte, la tanatología ha podido echar mano de diferentes formas de simbolizar, representar, configurar lo que circula en los imaginarios de quienes viven perdidas o duelo a fin de orientar el proceso terapéutico partiendo de las propias subjetividades construidas. Si no se conoce la historia y la historicidad, el trabajo tanatológico se hace en vacío y a espaldas de lo vivido.

El arte se convierte en un aliado muy significativo para transformar el dolor, orientar el duelo, canalizar la ansiedad, fortalecer la autoestima, abrir nuevos canales de comunicación y

por ende; promover calidad de vida estableciéndose espacios significativos de intervención terapéutica. Todo ello posibilita establecer contacto emocional profundo, donde se explore la pérdida o el duelo, desde otros niveles socio semióticos- espirituales con el único propósito de lograr trascendencia y sanación. Dentro de los principios que orientan la tanatología se puede señalar:

-Basada en el principio de cuidar más allá de curar. Se propone disminuir los sufrimientos de los pacientes, mejora la calidad de vida, ayuda a que se preparen para la muerte y se reconcilien con la vida según el caso.

-Elevar la calidad de vida del enfermo terminal, así como de las personas que se encuentran cerca de manera afectiva, orientando y acompañando la aceptación de su realidad.

-Aceptación que se traduce en esperanza, encontrando el verdadero sentido de la vida, esto incluye una mejor calidad de vida.

-Acompañar para una muerte digna y en paz, preparando el camino para asumirla desde la aceptación consciente.

La tanatología se hace necesaria ante el dolor y la desesperanza de perder a un ser querido, cuando se pierde un trabajo, cuando se termina una relación de pareja. Ante el dolor de sufrir la pérdida de un miembro físico (amputación) ya sea por accidente, enfermedad o cuando se sufre una pérdida material. Ante el impacto que causa el saber que se tiene una enfermedad incurable. Ante cualquier otra circunstancia que genere una pérdida ya sea física emocional o material. Todas estas situaciones son pérdidas que motivan una situación de duelo y abordaje tanatológico (1).

El acompañamiento tanatológico requiere de un conjunto de habilidades (comunicar, escuchar, confrontar, respetar, empatizar). Saber acompañar implica reconocer y entender la realidad del otro y entrar en esta, en lugar de exigir que la otra persona entre en nuestra forma de ver las cosas. La persona

primero tiene que ser comprendida, escuchada, aceptada y respetada.

El proceso de acompañamiento tanatológico es una parte medular e inevitable en la existencia, ya que hay situaciones que nos sumergen en periodos de tristeza, confusión y dolor. Es un acto de amor, no es invasivo, ni determinante. Es un vínculo sólido pero respetuoso de la individualidad y de la necesidad de resignificar la propia vida (51). Quienes conforman equipo de tanatología deben tener un profundo conocimiento sobre lo que ello significa además de:

-Ser capaces de tener empatía con las personas. Desarrollar una gran habilidad para identificar rápidamente las necesidades de sus pacientes, construyendo relaciones interpersonales llenas de significado.

-Tener un buen sentido del humor. Capacidad para decir las cosas como son sin recurrir a mentiras piadosas.

-Humildad para aprender, dar, reconocer y aceptar errores y perdonar. Generosidad para dar de su tiempo cada vez que el paciente lo requiera. Saber lo que es y exige el amor incondicional.

-Haber explorado su propia espiritualidad.

El equipo de tanatólogos/as debe poseer una serie de competencias para el ejercicio de apoyo terapéutico:

Competencias teóricas, conoce los aspectos biológicos, sociales, emocionales, éticos y legales en torno al paciente terminal, a fin dar respuesta a la demanda de su atención en determinado contexto social; conoce, analiza y aplica los conceptos que subyacen al proceso de muerte, a fin de favorecer una muerte digna en los pacientes terminales o apoyar otro tipo de perdidas; conoce la estructura y funcionamiento del sistema de salud. Adopta y adapta los programas relacionados con los pacientes terminales o con otro tipo de perdidas e identifica los problemas que afectan al paciente

desde una perspectiva multidimensional para dar respuestas a familiares y equipo de salud.

Competencias metodológicas, cuida al paciente terminal de manera holística con la participación de equipos interdisciplinarios y multidisciplinarios, incluyendo familia y comunidad; diseña y opera programas para la promoción de los conceptos de vida y muerte; genera una cultura de redes de apoyo en el proceso de vida- muerte; identifica estilos de vida y factores de riesgo; comunica de forma amplia y precisa la información al paciente, familia y comunidad para proveer continuidad y seguridad en su cuidado.

Competencias axiológicas, estimula y protege la autonomía y los derechos del paciente; capacidad para trabajar dentro de los contextos y los códigos bioéticos normativos y legales de la profesión; defiende la dignidad del paciente; reconoce, respeta y apoya las necesidades espirituales de los pacientes terminales; establece y mantiene la relación de ayuda con las personas,

familia- comunidad frente a diferentes cuidados requeridos con mayor énfasis en situaciones críticas; promueve y realiza acciones tendientes a estimular la participación social y desarrollo comunitario en el área de su competencia y de conduce con respeto y tolerancia ante el paciente y sus familiares.

Competencias comunicativas, brinda al paciente terminal, información relativa a la etapa de la vida que le corresponda con el objeto de promover una muerte digna; escucha con atención, obtiene y sintetiza información pertinente acerca de los problemas que aquejan al paciente; comprende el contenido de esta información; se comunica de modo efectivo y claro, tanto de forma oral como escrita con el paciente, los familiares y otros profesionales; maneja información con absoluta discrecionalidad; valora críticamente y sabe utilizar las fuentes de información para obtener, organizar, interpretar y comunicar la información científica y humanística; aplica las TIC en las actividades preventivas, de investigación y de acompañamiento;

elabora, organiza y reconstruye los registros con información del paciente terminal para su posterior análisis, preservando la confidencialidad de los datos.

Un tanatólogo, te puede ayudar a superar todo tipo de pérdida, también puede apoyar al doliente y darle consejería tanatológica y atención en crisis tanto al paciente como sus familiares. Brinda acompañamiento a enfermos terminales, ayudando a vivir con calidad de vida en este proceso tan difícil. La tanatología y el acompañamiento pueden ser previo, durante y después de una pérdida significativa para el doliente.

La intervención en crisis es en el momento o después de un suceso traumático veamos: ante el dolor y la desesperanza de perder a un ser querido; cuando se pierde un trabajo; cuando se termina una relación de pareja; ante el dolor de sufrir la pérdida de un miembro físico (amputación) ya sea por accidente o enfermedad; cuando se sufre una pérdida material; ante el impacto que causa el saber

que se tiene una enfermedad incurable; ante la perdida de una mascota; ante situaciones de aborto; intento suicida.

Ante cualquier otra circunstancia que genere una pérdida ya sea física, emocional o material. Todas estas son pérdidas que motivan una situación de duelo y la intervención tanatológica. Intervención que permite identificar claramente al ser en sus dimensiones físicas, psíquicas, sociales y espirituales posibilitando un abordaje más integral; comprendiendo el dolor ante la muerte y la desesperanza que ocasiona cualquier tipo de pérdida (51).

Cualquiera pensaría que el abordaje tanatológico es sencillo. Ello requiere de formación, razón por la cual la conformación de un equipo interdisciplinario es muy importante, debe tener formación sobre características de algunos trastornos mentales, entre otras experticias. Al reconocer las características de estos padecimientos, desarrolla herramientas para

abordar el trabajo tanatológico conociendo mucho mejor al ser humano, comprendiendo sus necesidades y de esta manera; poder orientar la acción terapéutica. Todo ese proceso formativo, pasa por tener conceptos claros en torno a la salud mental y sus especificidades a fin de diferenciarlos claramente.

Algunos trastornos tanatológico

Trastornos de la personalidad, se evidencian en las interacciones con los demás, reflejando dependencia excesiva, miedos abrumadores, preocupaciones intensas, desadaptación.

Trastorno antisocial de la personalidad, se caracteriza por una falta de consideración de la moral social o de las normas legales.

Trastorno límite de la personalidad, se caracteriza por un patrón general de inestabilidad que es más evidente en las relaciones interpersonales, el estado de ánimo y el sentido de identidad.

Trastorno histriónico de la personalidad, las personas con este trastorno muestran características teatrales en su conducta diaria, utilizan emociones excesivas para manipular a los demás en lugar de expresar sus sentimientos genuinos.

Trastorno narcisista de la personalidad, los individuos con este trastorno poseen un sentido poco realista y exagerado. Rasgo que se conoce como grandiosidad, necesidad de poder y manipulación.

Trastorno paranoide de la personalidad, se caracteriza por la presencia de paranoia que significa suspicacia y vigilancia hacia las demás personas. Por la creencia de que los demás intentan provocar un daño, sospechan en extremo de los demás y siembre están a la defensiva en contra de daños potenciales.

Trastorno esquizoide de la personalidad, se caracteriza por una indiferencia ante las relaciones sociales y sexuales, así como también un rango muy limitado de experiencia y expresión emocional. El

individuo esquizoide no se percata y es insensible a los sentimientos y pensamientos de los demás.

Trastorno esquizotípico de la personalidad, los individuos con este trastorno son peculiares, excéntricos y sumamente extraños en su forma de pensar, comportarse y relacionarse con los demás e incluso en la forma en que se visten, sus ideas peculiares, pueden incluir pensamiento mágico y la creencia de fenómenos psíquicos como la clarividencia y la telepatía.

Trastorno de la personalidad por evitación, la mayor parte de las personas experimentan timidez en algunas ocasiones, se abstienen casi por completo de tener encuentros sociales, y en especial evitan cualquier situación que implique la posibilidad de daño personal o vergüenza; se vuelven sumamente sensibles al rechazo y al ridículo interpretando el comentario más inocente como una crítica.

Trastorno de la personalidad por dependencia, los individuos se ven fuertemente atraídos por los

demás, sin embargo, son tan apegados y pasivos que pueden lograr lo opuesto a lo que desean ya que los demás se vuelven impacientes con su falta de autonomía, convencidos de su propia incapacidad, no pueden tomar ni las decisiones más triviales por su cuenta.

Trastorno obsesivo compulsivo de la personalidad, las personas con este trastorno obsesivo compulsivo de la personalidad luchan continuamente contra una abrumadora preocupación sobre la limpieza y los detalles menores de la vida diaria, estas personas son improductivas, su búsqueda de perfeccionismo resulta contraproducente y no constructivo.

En ese proceso de abordaje, el equipo tanatológico debe estar capacitado para lidiar con la depresión y la ansiedad. Se entiende por depresión, un trastorno mental que se caracteriza por fuerte decaimiento del estado de ánimo, ocasionado por un desequilibrio de sustancias químicas llamadas neurotransmisores. Estos desequilibrios se

manifiestan con cambios de ánimo, ganas de llorar, tristeza profunda, vacío existencial, auto culpa, soledad, ofuscación pesimismo, inseguridad y baja autoestima. Tiene graves consecuencias personales y sociales, reduciendo la capacidad de la persona para trabajar, disminuye su rendimiento y tiene un costo personal muy alto.

Identificar los cuadros depresivos, contribuye a orientar de la mejor manera el acompañamiento, entre estos: (a) depresión mayor, cuando el cuadro depresivo persiste más de dos meses; (b) depresión estacional, las personas que presentan episodios con un patrón estacional, desarrollan un episodio depresivo, casi en la misma época de cada año por lo general de dos meses de duración durante el otoño o el invierno, después regresan a un funcionamiento normal. Durante estos episodios, los individuos tienen poca energía y tienden a dormir y a comer en exceso. Grados de depresión: leve, moderada, severa.

Por otra parte, es interesante identificar la presencia de depresión en las diferentes etapas de la vida: preescolares, cambios de conducta, el niño parece no escuchar cuando se le habla, se aparta, llora sin parar, se niega a comer, trastornos del dormir, es muy frecuente que el informe venga de la escuela. Escolares, manifiesta síntomas como tristeza, ideación suicida, trastornos del sueño, irritabilidad, poca disposición de ánimo, perdida de interés, llanto fácil y aburrimiento

Adolescentes, manifiestan baja autoestima, sentirse decepcionados de sí mismo, apatía, irritabilidad, ansiedad y dificultad para concentrarse. Depresión en la vejez, los adultos mayores tienden a presentar niveles de depresión más altos que los adultos jóvenes, por diferentes causas ya sean médicas (limitaciones motoras, enfermedades crónicas, incontinencia déficits cognitivos, memoria); sociales (pobreza, aislamiento, no contar con servicios de seguridad social y pocas redes de apoyo); personales (el propio deterioro, ansiedad

ante el fin de la vida, soledad, eventos adversos en la vida, más complicaciones médicas.

Depresión post- parto, es más frecuente en mujeres primerizas, presentan síntomas de tipo afectivo, emocional, cambios súbitos del estado de ánimo, ansiedad, no sentirse tan feliz o interesada por su bebe, dificultad para el sueño, inseguridad, irritabilidad, dolor de cabeza, no dura más de dos semanas. No requiere de ningún tratamiento y se le considera normal.

Depresión en el climaterio, es la fase durante la cual la mujer pasa de la etapa reproductiva a la no reproductiva. Es el periodo donde tiene lugar la menopausia. La depresión es uno de los desórdenes emocionales más frecuentes en el climaterio. Dentro de los síntomas se señalan: dificultad para disfrutar las cosas, cambio en el peso, perdida de energía, dificultad para concentrarse y tomar decisiones, ideas de culpa, desesperanza, pérdida de apoyo, pérdidas sociales, jubilación.

Depresión reactiva, es la respuesta natural ante una pérdida presente o esperada, pérdida de bienestar, pérdida de la libertad, pérdida debida a cirugías mutilantes, pérdida de paz interior.

Depresión anticipatoria, es una depresión silenciosa, el enfermo sabe que va a morir y la perdida se anticipa. Se genera mucha angustia. La terapia tanatológica dependerá de la emoción que se presente en cada persona. Se presentan emociones, sentimientos, aflicciones, enojo, ira, llanto, miedo, remordimiento, soledad, resentimiento, sufrimiento, tristeza que deben ser identificados e interpretados.

Parte importante del trabajo del tanatólogo son los asuntos pendientes, lo que se conoce como el complot del silencio, frente a confesiones que deben ser resguardadas. Finalmente, mantener una escucha atenta y activa. La comunicación verbal es de suma importancia, la palabra es uno de los mejores instrumentos diagnósticos y terapéuticos no reemplazables por ningún otro recurso. Es importante captar expresiones y gestos corporales,

así como el contacto físico corporal para interpretar y evaluar cada situación. El dolor de cada persona es individual y está basado en sus experiencias y expectativas de vida, al aliviar el dolor existencial se reduce el dolor físico.

Cuidados paliativos

Son intervenciones que se sustentan en diferentes abordajes. Sin embargo, hay momentos donde las dos acciones terapéuticas se encuentran. El nacimiento de los cuidados paliativos apareció por primera vez en el Hospicio San Lucas en Londres, Inglaterra en 1940, Cecily Saunders busco la manera de aliviar el dolor de los enfermos y sus familias. Los cuidados paliativos pretenden dar una respuesta científica, profesional, humana y coordinada a las necesidades del paciente en situación avanzada(terminal), a su familia y/o personas cuidadoras. Deben realizarse desde la perspectiva de una atención medica integral, que incluye la situación avanzada de pacientes con enfermedad oncológica y no oncológica y a cualquier edad.

Al respecto, Centeno en el año 1999 definió al paciente terminal como sigue: presencia de una enfermedad avanzada, progresiva e incurable; falta de posibilidades razonables de respuesta al tratamiento específico; presencia de numerosos problemas o síntomas intensos, múltiples, multifactoriales y cambiantes. El objetivo de esta atención integral y coordinada es favorecer que el paciente viva con dignidad la última etapa de la vida, tratando de evitar sufrimientos insoportables, ofreciendo al paciente la posibilidad de tomar decisiones sobre su cuerpo y su propia vida respetando las convicciones y valores que han guiado su existencia.

Igualmente, favorecer que la familia tenga el apoyo psicoemocional y una atención adecuada a su situación. Estos cuidados están orientados hacia la intervención médica en términos de: control de síntomas, control del dolor, cuidados de enfermería, urgencias. Dan mayor importancia a la consecución

y el mantenimiento de un nivel óptimo de control del dolor y de otros síntomas.

Los cuidados paliativos no intentan precipitar ni retrasar la muerte. Las intervenciones realizadas no están y no deben estar destinadas a poner prematuramente fin a la vida. De la misma forma, los medios tecnológicos que ofrece la medicina contemporánea no deben ser utilizados para prolongar la vida artificialmente. El paciente define sus objetivos y sus prioridades.

Condición humana y perspectivas teóricas

Abordar el apoyo tanatológico obliga tener amplios conocimientos sobre la condición humana. Una de las máximas del tanatólogo se centra en: “Yo soy el otro del otro y para comprender la fragilidad del ser humano, tengo que vivirlo”. Se parte de la premisa que tenemos que morir, pero es absolutamente incierto cuándo, dónde y cómo. El ser humano es un ser frágil y muchas veces inseguro. Necesita identificar prioridades, darle direccionalidad

y sentido a la vida, necesita tener un proyecto de vida.

El ser humano es un ser cuyas necesidades crecen y cambian a lo largo de su vida. Tiene que enfrentar toda una serie de circunstancias, aprender a lidiar con sus fantasmas, a gestionar la vida y la fragilidad. Somos vulnerables, no somos eternos, expuestos todos indefectiblemente al envejecimiento y a la muerte. Como seres bio psico sociales, espirituales y de gran complejidad hemos sido mirados desde diferentes corrientes onto epistémicas para tratar de comprender la condición humana. Se aborda los aportes del psicoanálisis, el humanismo, existencialismo y los más novedosos planteamientos del mindfulness y de la neurociencia para lograr aproximaciones a las complejidades humanas, especialmente cuando del proceso vida-muerte se trata.

La **teoría psicoanalítica** aporta interesantes nociones para la comprensión de las emociones y conflictos inconscientes. De igual manera,

comprender la estructura de la personalidad como un sistema dinámico regido por tres estructuras mentales de gran significación. El Ello asiento de los instintos e impulsos biológicos innatos, egoístas, irracionales, impulsivos y totalmente inconscientes. El Yo dirige la conducta racional, se rige por el principio de realidad. Es el sistema que piensa, planea, resuelve problemas y decide. Finalmente, el súper Yo, quien actúa como el juez de los pensamientos y las acciones del yo. Es una parte del supe ego, llamada también conciencia.

Freud también describió o postuló un instinto de muerte (tanatos), el cual produce impulsos agresivos y destructivos. En la conducta se manifiestan a menudo fuerzas inconscientes y ocultas. El inconsciente contiene recuerdos y emociones reprimidas además de los impulsos reprimidos del ello, como otra región de la mente que esta más allá de la conciencia especialmente los impulsos y los deseos que no conocemos directamente (47).

El consciente es la región de la mente que abarca todo aquello de lo que tenemos conciencia en un momento dado: pensamientos, percepciones, sentimiento y recuerdos. Preconsciente es el área de la mente que contiene información que puede llevarse voluntariamente a la conciencia. Otros aspectos para considerar en el psicoanálisis freudiano es el manejo de los mecanismos de defensa. Ocurren en un nivel inconsciente de modo que, no nos percatamos de ello. Niegan o distorsionan la realidad para hacerse menos amenazadores. Los mecanismos de defensa no son perjudiciales los necesitamos para sobrevivir. Pueden volverse desadaptativos y destructivos impidiendo una mayor madurez personal y social.

Los mecanismos de defensa más comunes son la represión, la negación, la proyección, la identificación, la fijación, la sublimación, la racionalización, el desplazamiento, la intelectualización, la fantasía. La represión implica bloquear la expresión de un deseo o anhelo de modo

que, no puede ser experimentado de manera consciente o expresado de forma directa como conducta.

La negación supone rehusarse a creer una realidad o hecho de la vida, ignora las realidades desagradables para no enfrentarse a estas. La proyección hace referencia a la atribución inconsciente de un impulso, actitud o conducta de alguien o algo de modo inconsciente. Además, permite expresar de manera indirecta los impulsos.

La identificación, puede definirse como la apropiación de las cualidades de las personas que uno admira, modelar la conducta de alguien más. La sublimación es uno de los mecanismos de defensa más productivos de que disponemos. Posibilita aceptar y orientar los impulsos a otra actividad bien sea, artística, intelectual o social. La racionalización implica tratar una emoción o impulso de manera analítica e intelectual para evitar sentirla. Se justifican las ideas y conductas ante el temor del rechazo de los demás.

El desplazamiento, se asume cuando se satisface un impulso con un objeto sustituto. Es descargar la hostilidad sobre un objeto que no tuvo culpa. La Intelectualización permite dar una forma discursiva a los conflictos y emociones para controlarlos. La fantasía conduce a imaginar lo que no se puede concretar en la realidad.

`**Perspectiva humanista**. Uno de los principales representantes de esta corriente, ilumina el camino aportando toda una serie de cualidades que debe tener un terapeuta dentro de esta cosmovisión (67): congruencia. Ser genuino y ser honesto con el paciente. Empatía. Habilidad de sentir lo que siente el paciente. Respeto. Aceptación. Este enfoque terapéutico, modifica el papel tradicionalmente asignado al terapeuta, el cual ya no tiene la función de "curar-a-alguien enfermo" sino "comprender-al-otro", ser espejo de la totalidad de la vida del paciente convirtiéndose en un guía, en un orientador.

Esta nueva forma de relación elimina actitudes directivas frecuentemente cometedoras por parte del terapeuta. Dentro de la óptica humanista rogeriana, es importante trabajar el auto concepto, la percepción de los rasgos de personalidad, la autoestima como la percepción evaluativa de sí mismo. Esa valoración de uno mismo puede ser positiva o negativa influyendo en la manera de ver el mundo y la valoración de los demás.

En el proceso terapéutico tanatológico hay que reforzar la autoestima del que vive el dolor de una pérdida. La identidad es un aspecto para trabajar en los procesos de vida- muerte, ello depende del autoconocimiento que se tiene de sí mismo. Abordar interrogantes como quien soy, hacia donde voy, cuales son mis expectativas aclaran el auto concepto. Con la “terapia centrada en la persona” se establecen muchas de las bases del “counseling”, brindando importantes herramientas comunicativo-terapéuticas. Rogers define la “relación de ayuda” como aquella en la que uno de los participantes,

intenta hacer surgir de una o ambas partes, una mejor apreciación y expresión de los recursos latentes del individuo y un uso más funcional de éstos (67).

Centra el foco de atención en la persona, empatizar con su historia y favorecer el desarrollo de su potencial. La psicología humanista de Rogers causó tanta admiración, que se la definió en su momento como una revolución silenciosa. Una psicología de la no directividad a través de acciones de empatía, aceptación incondicional, congruencia y autenticidad. La empatía tiene dos características muy relevantes.

En primer lugar, el profesional capta el marco de referencia interno del otro, su perspectiva, su modo peculiar de vivir la realidad, los hechos, las opiniones, los sentimientos, las creencias. Rogers la definía como la capacidad de sumergirse en el mundo, en la experiencia subjetiva del otro. En términos coloquiales, es la capacidad de ponerse en la piel del otro y de percibir su realidad. En este

intento de sacar lo mejor de cada persona, aparecen cuatro actitudes necesarias para el acompañamiento: compasión, acogida hospitalidad y presencia. La escuela rogeriana incide en captar el mundo de sentimientos del paciente.

Sin embargo, la actitud empática debe ir más allá y captar y conectar con otras variables como: hechos (que incluyen datos, opiniones, descripciones, significados personales). Emociones (todas y no solo las mal llamadas negativas). Valores (algo inherente también a la experiencia y conducta humanas). La conexión empática, permite poder percibir tal y como el paciente lo percibe o al menos de una manera muy aproximada su mundo experiencial. En esta interacción empática, el profesional deber estar presente, aunque de algún modo se pone “entre paréntesis” para evitar sesgos en la medida de lo posible.

El protagonista es el paciente y el terapeuta lo que hace es devolverle lo suyo debidamente valorado, porque al haber captado sus contenidos

(cognitivos, situacionales, emocionales o espirituales); se le está diciendo que es valioso y digno de ser conocido y expresado, Todo ello forma parte de su vivido. Difícilmente se puede mantener una interacción terapéutica si no está marcada por la coherencia, la autenticidad y la transparencia (67). Es necesario entonces, tener claro que habrá determinados aspectos que no pueden ser expresados precisamente porque no es terapéutico hacerlo, aunque lo que podía haber sido expresado fuese cierto.

Tres planos que ayudan a entender la autenticidad. Plano de la manifestación externa. Cómo me manifiesto, cómo me comunico yo con el exterior. Debe existir coherencia entre la comunicación verbal y no verbal. Plano de la conciencia, del darse cuenta, consciente de aspectos exteriores e interiores a mí. Plano de la vivencia o de la organización: Sería lo más profundo, todo aquello que a mí me afecta como organismo y que sólo una parte se me hace consciente. Serían

los sentimientos más profundos (es el inconsciente, en sentido más clásico).

En relación con la congruencia se distinguen dos niveles: cuando existe un acuerdo entre la conciencia y la manifestación externa, es decir, cuando yo me comunico externamente, como yo vivo conscientemente en este caso, se dice que estoy siendo congruente en el primer nivel. Cuando existe un acuerdo entre vivencia y conciencia, es decir, cuando tengo una idea de mí mismo que coincide con lo que yo estoy viviendo más internamente, más profundamente (congruencia interna).

Para Rogers la incongruencia en el segundo nivel es considerada como patología. En definitiva, una persona congruente mantiene la correlación entre lo que piensa, siente y expresa. La persona que se comunica de manera congruente no funciona con frases hechas o estereotipadas. Esta persona ha de estar muy conectada consigo misma en el encuentro terapéutico, precisamente porque lo que exprese ha de ser algo que piensa y/o siente (67).

Quien mantiene una buena conexión y coherencia consigo mismo, tiene la capacidad de identificar lo que realmente piensa y siente. Lo que expresa forma parte de su mundo interno. Otro aspecto para considerar es la aceptación incondicional. Cuando no nos sentimos aceptados como personas, suele surgir la rabia y nos ponemos a la defensiva. Por ello, conviene conocer indicadores útiles para operativizar la actitud de aceptación incondicional. Algunos de estos son: No juzgar. Ello implica profundo respeto a la persona. Cordialidad en el trato, condición fundamental para construir aceptación.

Consideración positiva de la persona en tanto persona. Precisamente porque toda persona tiene valor en sí misma. Mostrar interés por todo aquello que es importante para la persona, independientemente de que coincida o no con nuestra valoración personal. Aceptar sin condiciones todo el presente, el pasado y el futuro de la persona. Su modo de expresarse y de vivir, sin reservas y sin

juicios de valor. Aceptación de todo su mundo emocional. Los sentimientos no tienen categoría moral, simplemente son. Saber que la aceptación de la persona no es lo mismo que la aceptación de su conducta.

Además, la aceptación de un comportamiento incluso antisocial o destructivo no requiere la aceptación de tal comportamiento de la persona como deseable, sino simplemente y en todo caso, como natural, normal y esperable dadas las circunstancias y las percepciones del sujeto. En última instancia, la aceptación de la conducta puede llevar a comprenderla, mas no a justificarla. Cuando tu miedo toca el dolor del otro, se convierte en lástima cuando tu amor toca el dolor del otro, se convierte en compasión. Es el amor conmovido, el que moviliza la ayuda.

La compasión supone un compromiso vivido y a la vez, es un compromiso expresado que necesita ser comunicado, sea de forma verbal o no verbal. Del mismo modo que la empatía necesita de

una devolución empática, no representa un movimiento unidireccional. La compasión no es necesariamente una reacción emocional, aunque la contenga. Es una herramienta proactiva para ir al encuentro de la aceptación. Desde la terapia rogeriana, esta actitud promueve la disminución de las defensas inadecuadas de la persona, porque no necesita protegerse. Adquiere seguridad psicológica al no sentirse criticado, evaluado o exigido. Sólo cuando uno se siente verdaderamente aceptado, aflorarán los sentimientos verdaderos y va a poder ser lo que verdaderamente se es.

Finalmente, la escucha activa, las respuestas empáticas, las preguntas abiertas y focalizadas, la validación, el refuerzo, el lenguaje no-verbal, el silencio y un largo etcétera conforman toda una caja de herramientas de gran valor terapéutico cuando de procesos de vida- muerte se trata dentro de la cosmovisión rogeriana. Piso gnoseológico fundamental para una acción tanatológica efectiva (67).

Parece interesante en este aparte, rescatar la visión kantiana sobre la dignidad aspecto medular dentro de la perspectiva humanista rogeriana. La persona deja de ser una sustancia para convertirse en un centro dinámico de actos. Con Kant (1724 1804), el concepto de persona va ligado a los conceptos de fin en sí mismo, de valor absoluto, es decir, a la idea de dignidad y de autonomía.

Para Kant, la persona es una voluntad y no una cosa, un ser que piensa con conciencia, con identidad capaz de gestionar conflictos ya que dispone de la libertad de propia de un ser racional. Lo que nos dota de dignidad en la visión kantiana, es la humanidad en tanto valor absoluto a ser respetados y la autonomía para tomar decisiones. La autonomía es el fundamento de la dignidad de todo ser racional. La dignidad alude a un valor absoluto e intrínseco a la persona, lo que la convierte en fuente de respeto y de cuidado. Libertad, dignidad y autonomía como principios fundamentales de su filosofía.

La autonomía no sólo es el fundamento de la dignidad, sino que su ejercicio es un deber. En tanto que fuente de todo valor, la persona es ella misma el valor por antonomasia. La persona para Kant siempre es la fuente de legitimación, ella es el fundamento de toda moral, pero debe ser fundamentalmente persona autónoma. Es un yo que tiene el derecho de ser libre y el deber de autodeterminarse. La dignidad en rigor debe ser promovida en cada persona, en la de uno y en la de cualquier otro respetándola. En este orden de ideas, la autonomía es lo que nos convierte en personas en sentido estricto. La dignidad stricto sensu, no depende nunca del trato recibido, sino exclusivamente del que nos damos a nosotros mismos por medio de las acciones para con nosotros mismos o para con los otros (68).

Existencialismo como corriente filosófica que los tanatólogos/as deben conocer como parte fundamental de la mirada integrativa, precisa que el individuo es libre y totalmente responsable de sus

actos. Esto implica en el ser humano la existencia de una ética de la responsabilidad individual, apartada de cualquier sistema de creencias (69). Los principios fundamentales de su filosofía pueden sintetizarse dentro de los siguientes parámetros: la finitud del ser, la soledad, la muerte, el compromiso y la libertad. El hombre no es otra cosa que lo que de él se hace. Principio fundamental del existencialismo sartreano.

Sartre, considera que el ser humano está condenado a ser libre, es decir, arrojado a la acción y responsable plenamente de su vida, sin excusas. Aunque admitió algunos condicionamientos (culturales), no admitió determinismos. Concibió la existencia humana como existencia consciente. La existencia humana es un fenómeno subjetivo, en el sentido de que es conciencia del mundo y conciencia de sí (lo subjetivo). Sartre se formó en la fenomenología de Husserl y en la filosofía de Heidegger, de quien fue discípulo. Si en Heidegger el Dasein es un “ser-ahí”, arrojado al mundo como

"eyecto", para Sartre el humano en cuanto "ser-para-sí" es un "pro-yecto", un ser que debe hacer-se permanentemente.

Nuestra esencia es aquello que nos definirá, es lo que construiremos nosotros mismos mediante nuestros actos. Ser, significa ser libres en situación, ser es ser- como proyecto. Argumenta, que cuando el hombre nace, no tiene esencia, no tiene significado, no hay concepto de sí mismo. Es la conciencia humana la que con su operar consciente, va construyendo la historia y le va confiriendo sentido al mundo. En la filosofía sartriana, la muerte no es nunca aquello que da sentido a la vida, todo lo contrario, es aquello que le quita toda significación

En esta línea existencialista, se considera que el hombre es un ser para la muerte, un ser esencialmente finito. La realidad humana se vive en relación con la muerte. Frente a las metafísicas tradicionales que se fundamentan en la idea de inmortalidad y eternidad. Heidegger sostiene que no

hay trascendencia posible, la muerte es el fin de todo (70).

Hay que considerar que la muerte es el final de todo y que no hay nada más que la vida que vivimos puede originar formas muy distintas de afrontar la muerte. Hay quien se angustia, hay quien evade, hay quien se rebela, hay quien hace de ello una negación, pero también hay aquellos que la aceptan sin más o aquellos que construyen sentidos temporales a partir de la experiencia de la propia vida a través de la relación con los otros. A pesar de la distinción entre los que consideran que la muerte es el paso a una nueva forma de vida o los que consideran que no lo es, en ambos casos, el acompañamiento debe ser personalizado y debe tender a preservar la dignidad humana.

En tanto tal, cada persona y su entorno son únicos. La persona muere una vez y ese acto único merece que se le acompañe desde el amor y el respeto. Es oportuno acotar que tradicionalmente, las sociedades han construido relatos para orientar

y dar sentido a la vida. Toda una gran cantidad de relatos en torno a la existencia humana: ¿de dónde venimos? ¿hacia dónde vamos? Como cierre de este aparte, corresponde abordar nuevas corrientes que el equipo tanatológico debe revisar y analizar cuidadosamente como parte fundamental del trabajo terapéutico.

Mindfulness. Su significado implica atención o consciencia plenas. Es un término inglés, un antiguo sinónimo de attention que significa atención. Mind significa mente, mientras que fulness significa plenitud. El concepto Mindfulness actualmente hace referencia al hecho de ser consciente y estar atento al momento presente, toda una recuperación del ser en su encuadre espiritual. Toda una mirada interior, una capacidad humana universal y básica que consiste en la posibilidad de ser conscientes de los contenidos de la mente momento a momento.

¿Muchos lectores del texto, se preguntarán ¿cuál es la conexión entre el mindfulness y la tanatología? Si partimos de la premisa que, en los

comienzos del tiempo sin tiempo, se recurrió al mito como una forma explicativa para intentar resolver los enigmas de la existencia humana; quizás sea esa conciencia de nuestra finitud la que desde tiempos inmemorables ha permitido entre muchas otras cosas; dejar todo tipo de huellas en nuestro paso por este planeta azul. La espiritualidad marca pautas y traza senderos que otros recorrerán, quizá beneficiando la vida o tal vez, transformando el medio, en todo caso, dejando una huella imborrable por los caminos transitados.

El mindfulness incorporo a la meditación como una práctica milenaria, que empezó a extenderse en occidente a principios del siglo XX. Se comenzó a posicionarse en la década de los 60 y 70, entrando en las escuelas de psicología. La meditación consiste en una práctica para centrar la atención en el momento presente y responder hábilmente a los procesos mentales, influyendo así en el manejo adecuado de las emociones. A partir de entonces, la investigación y la práctica sobre el mindfulness se ha

extendido de forma exponencial, divulgando hallazgos sobre sus múltiples beneficios en la tanatología (73).

Las diferentes tradiciones sobre la espiritualidad condicionan las diferentes cosmovisiones y, por ende, el sentido de la vida. El ser humano a través de los tiempos sin tiempo ha buscado algo que este más allá y que brinde respuestas a sus más profundas interrogantes. Esta búsqueda ha sido precisada como su dimensión espiritual, que no es otra cosa que la búsqueda ante el asombro de la finitud para poder comprender el sentido de vivir. La dimensión espiritual es inmaterial, no es perceptible. El espíritu es una fuerza dinámica y profunda. En hebreo se identifica como (ruah), en latín (espíritus), en griego (pneuma). El espíritu es principio de vida. Podemos captar esta experiencia profunda sumergiéndonos en nuestro insondable vacío interior. Ese iluminar de nuestra conciencia, es el espíritu (71).

El espíritu trae a la presencia, lo que estaba ausente. Abre mundos y permite darnos cuenta de cuál es el propósito de nuestras vidas. En este sentido, el espíritu es generador de sentido y de profundos significados. Es volver sobre nosotros mismos como unicidad con el cosmos. Es la vivencia entre lo uno y lo múltiple. Es la fuerza que se despliega en la capacidad de amar y vivir en el orden sagrado del amor. Es lo que permite que podamos estar con plenitud en esta terrenalidad. La conciencia que tenemos de nuestra vida no es la conciencia de una sola cosa, sino la conciencia de nosotros y de los otros/as. En todo este tejido existencial, el mindfulness y la tanatología deben encontrarse.

La espiritualidad esta fusionada con la vida interior, es una fuerza inconmensurable que empuja a buscar conexión interior, la reflexión profunda. Se dice que la espiritualidad es el alma que mora en el corazón de todas las creencias. En esencia, el ser humano es espiritualidad, aunque esta realidad

inconmensurable se haya diluido en lo religioso; es necesario comprenderla como un poderoso camino de desarrollo humano (71).

En la perspectiva de Victor Frankl lo espiritual es algo que distingue al hombre que le corresponde a él y ante todo a él. Cultivar la espiritualidad es tener una actitud de permanente apertura ante cualquier realidad, es vivir la trascendencia (72). Toda esta apretada síntesis obliga aclarar lo referente a la espiritualidad y la religión. ¿Es la espiritualidad una experiencia religiosa o una experiencia a través de la religión? ¿Es lo mismo ser espiritual que religioso? ¿Se puede garantizar que la práctica de la vida religiosa sea garantía de espiritualidad?

Hay muchas personas religiosa y muy poco espiritual. La religiosidad obliga al ser humano a seguir, a creer y practicar una normatividad establecida. La religión es un sistema de creencias y cultos organizados por practicantes. Una religión se vive en comunidad. Es una organización social jerarquizada. Pertenecer a una religión es estar

atado, ligado a seguir preceptos y prácticas pensadas y diseñadas para lograr el acercamiento a Dios y adhesión a una determinada doctrina. La espiritualidad contrariamente no requiere estar atado a ninguna religión organizada y jerarquizada. Es algo personal, vivido en la singularidad del ser. La espiritualidad va más allá de cualquier filiación religiosa. No toda la espiritualidad es religiosa y no toda la religiosidad es espiritual (71).

Otro aspecto interesante es la incorporación de la **neurociencia** por tanatólogos, psicólogos, médicos, enfermeras y todo el equipo de salud, así como a personas que estén interesadas en mejorar la calidad de su vida; con el propósito de alimentar la caja de herramientas para brindar estrategias que contribuyan a un bien morir en plena conciencia de la trascendencia (lo espiritual). El impacto comprobado de la respiración, de la meditación, de los ejercicios de relajación y del manejo de emociones y sentimientos; contribuyen a generar espacios de paz y reconciliación en los procesos de

vida- muerte. Utilizándose estrategias que aporta la neurociencia, en forma asertiva para reorientar la desesperanza, la ansiedad, la angustia, la depresión y toda una gran cantidad de emociones que afloran. En otras palabras, aprendiendo a cuidar en la vida y en la muerte.

Las neurociencias son el conjunto de ciencias y disciplinas científicas y académicas que estudian el sistema nervioso, centrando su atención en la actividad del cerebro y su relación e impacto en el comportamiento. Las neurociencias han demostrado que las emociones positivas ayudan a mantener la motivación, el buen ánimo, la esperanza y la fe, condiciones trascendentales para un bien morir con calidad de vida. Estimulan a las neuronas espejo, también conocidas como neuronas especulares. Son un tipo de neuronas que permiten comprender a los demás y vinculan con la postura emocional de la otra persona. Son neuronas que se activan al observar las acciones de un semejante, generándose empatía y bienestar (74).

Dentro de este orden gnoseológico, hoy se habla de programación neurolingüística, de psiconeuroinmunología, de psico neuroendocrinología, de medicina cuántica e integrativa, de bio- decodificación, de campos mórficos y de un sinfín de prácticas terapéuticas que trabajan con el poder del pensamiento y la fuerza de la espiritualidad; para lograr equilibrar los campos energéticos y enfrentar con otras armas el proceso vida- muerte.

Hoy podemos conocer interesantes experiencias donde la complementariedad terapéutica, está evidenciando transformaciones ontológicas, teleológicas, axiológicas y epistémicas de gran valor en la tanatología. Se han puesto en práctica un sinfín de estrategias de afrontamiento ante la enfermedad y la muerte, con una mejor respuesta desde la fuerza del espíritu para conectar mente, cuerpo, contexto, espíritu y cultura.

Joe Dispenza (74) investiga sobre los efectos de la meditación y los vínculos entre ciencia y

espiritualidad, estudia el cerebro y como este produce sentimientos y emociones gracias a lo que se piensa. El pensamiento enciende alarmas refiere Lipton (75), quien revoluciona el mundo científico cuando afirma la importancia de la percepción y como esa energía se transmite a las células, estableciéndose programas que mueven emociones positivas o negativas y sus efectos en la salud. Señala que no podemos seguir pensando que somos víctimas de los genes, podemos controlarlos a partir de la fuerza energética de la mente subconsciente. La mente controla la biología. En este sentido, tenemos el poder de controlar las emociones y de esta forma, preparar el bien morir. El autor deja bien claro que llego el momento de salir de la sentencia: la biología como destino.

En Venezuela, las investigaciones en el campo de la psiconeuroinmunología demostraron altas correlaciones entre bienestar espiritual y calidad de vida especialmente en paciente con cáncer; aumentando su sobre vida y la disminución

de los efectos colaterales de la quimioterapia. Toda una aventura inmunológica a través de visualizaciones guiadas entre otras técnicas como la relajación, la regresión, el Qi Gong, y una dieta adecuada (76).

El acompañamiento necesario

Iniciamos este aparte, cediendo la palabra a nuestra invitada de honor: Elisabeth Kübler Ross (1926-1957) como una de las figuras más destacadas en el campo de la tanatología. Nace en Suiza dentro de una familia conservadora de clase media alta. Se gradúa como médica en la universidad de Zúrich en el año 1957. Su interés por la muerte comienza en su época de estudiante cuando visita algunos campos de exterminio nazi.

Elisabeth se sorprendió entonces de que en las paredes de los barracones donde los judíos esperaban su muerte, los más pequeños de ellos, que ni siquiera poseían creencias religiosas consideraban la muerte no como un final, sino como un proceso de cambio. Como carecían de conceptos

para expresar tales sentimientos, aquellos niños lo plasmaron en dibujos de orugas que se transformaban en mariposas. Esos dibujos infantiles tocaron profundamente a Elisabeth, convirtiéndose las mariposas en uno de sus principales emblemas.

Finalizado el horror nazi, emigra a los Estados Unidos en el año 1958 incorporándose a un hospital de Nueva York, donde se horrorizó por el tipo de tratamiento que recibían los pacientes terminales. Se convierte en una voz crítica que clamaba por el respeto a la dignidad humana. Alzo su voz para que los pacientes recuperasen su intimidad y se les permitiese morir no entre los fríos muros de un sanatorio; sino en su casa rodeados de sus seres queridos permitiéndoles despedirse en paz.

Este fue el comienzo de una larga sucesión de denuncias. A diferencia de sus colegas, ella hizo del acompañamiento a los enfermos terminales el centro de su hacer; escuchándolos con atención mientras ellos le abrían su corazón. Empezó impartiendo seminarios en los que participaban enfermos

terminales quienes contaban al público, acerca de su situación y de cómo la gestionaban.

Elisabeth, ayudó a muchos familiares a encarar la pérdida a saber cómo enfrentarse a la muerte de un ser querido, cómo apoyar al moribundo, lo que debía hacerse en esos difíciles momentos y lo que debía evitarse. Bajo su tutela, se crearon fundaciones y movimientos que reclamaban el derecho a una muerte digna. Su primer libro "Sobre la muerte y los moribundos" publicado en 1969 convirtió a Kübler Ross en una defensora del buen morir. Sus reflexiones y enseñanzas han dado la vuelta al mundo.

Elisabeth Kübler-Ross dedico muchos años a dar conferencias. Escribió más de 20 libros enriqueciendo significativamente el proceso tanatológico. En 1991 describe los fenómenos psicológicos que acompañan a los enfermos en fase terminal durante el proceso de muerte y define a la tanatología, como una instancia de atención a los

moribundos. Se le considera la fundadora de esta ciencia.

A través de su labor, hizo sentir a los moribundos útiles y valiosos. Para tal fin, crea clínicas cuyo lema fue "ayudar a los enfermos en fase terminal a vivir gratamente, sin dolor y respetando sus exigencias éticas". Describe los fenómenos psicológicos que acompañan a los enfermos en fase terminal durante el proceso de muerte. “Vivir hasta despedirnos” y “Los niños y la muerte” son parte de la gran cantidad de publicaciones que la han hecho precursora de la tanatología. Sus libros han sido traducidos a más de 25 idiomas. El dinero recabado lo largo de toda su trayectoria como investigadora y escritora, lo invirtió en orfanatos y proyectos asistenciales.

Fue la primera psiquiatra que describió las fases del duelo: pánico, negación, depresión, pacto y aceptación fases que se convirtieron en un clásico de la psiquiatría. Su mayor inspiración la encontró siempre en los niños, afirmaba que los más

pequeños eran sin duda, los más valientes a la hora de encarar la muerte comprendían mucho mejor el proceso liberador. El símbolo de la mariposa se convirtió en un emblema de su trabajo, porque para Kübler-Ross, la muerte era un renacimiento a un estado de vida superior.

Kübler-Ross permaneció cientos de horas junto al lecho de enfermos moribundos, anotando cuidadosamente cada momento, cada conversación, cada instante. Todas las historias de vida y todo un sinfín de experiencias extracorporales, fueron relatadas y respetuosamente asumidas lo que le valió que fuese considerada por muchos de sus colegas; como una persona trastornada. A pesar de todas las manifestaciones de rechazo recibidas y la invalidación científica de sus hallazgos, continuó investigando con mucho ahínco.

En 1995, una serie de apoplejías la dejaron paralizada de su lado izquierdo enfrentando su propio proceso de muerte; con mucha valentía y con el coraje y la fuerza que vivenció en los más

pequeños. La semilla que había plantado había comenzado a dar sus frutos. Pidió que la despidieran con alegría, lanzando globos al cielo para anunciar su retorno a casa, “bailando con las galaxias".

Si algo llama la atención de las orientaciones que la doctora Kübler-Ross ha dado a las personas que acompañan a un ser querido en su lecho de muerte; es sobre todo la sencillez de sus premisas. "Cuando se está junto a su cama y se les escucha de verdad, percibes que ellos saben que la muerte está próxima". “Cuando el enfermo nos dice que sabe que va a morir, debemos aceptar su declaración sin contradecirla” (51).

Describe los cuatro aspectos que deben tomarse en consideración cuando se acompaña la partida o un duelo (51) Escucha verdadera y sin juicios, aceptación, permanecer a su lado, comunicación. Recomienda que para lograr una verdadera escucha activa, es necesario estar en calma interior, vaciarnos de todos nuestros

prejuicios para de esta manera; poder ayudar a la liberación de la persona.

Modelo Escalonado de Kübler Ross

Incluye cinco etapas en el proceso de duelo. La primera **Negación y aislamiento**. Es un mecanismo de defensa que trae consigo angustia y aislamiento, pues la persona considera que nadie podrá entender lo que está viviendo. Angustia ante lo desconocido y al futuro incierto. Cuando estamos en la etapa de la negación, podemos quedarnos paralizados o refugiarnos en la insensibilidad. Esta primera etapa del duelo ayuda a sobrevivir la pérdida. El mundo se torna absurdo y opresivo. La vida no tiene sentido. “Estamos conmocionados y negamos los hechos. Nos volvemos insensibles” (51).

Asume la autora, que la negación contribuye a dosificar el dolor de la pérdida. Produce alivio y es un importante mecanismo de protección del psiquismo. Cuando la negación va perdiendo fuerza, el ser va asumiendo la realidad de la pérdida.

Comienza un proceso de concientización de la situación, intentando dar explicaciones a los hechos y socializarla con otras personas.

Ira-Rabia. En esta segunda etapa surge la pregunta ¿Por qué a mí? Esta fase de ira es muy difícil de afrontar para la familia y para el equipo tanatológico, ya que la ira se desplaza en todas las direcciones y se proyecta contra el entorno. El paciente en esos momentos manifiesta motivos de queja. Es característica de esta etapa el enojo, odio y envidia hacia otros. Esta etapa se manifiesta de muchas formas, tomando la ira diferentes derroteros.

A la ira la acompaña la tristeza, el pánico, el dolor y la soledad. Es posible que el enfado sea hacia uno mismo. Sentimientos de culpa afloran buscando respuestas. La ira es una etapa necesaria del proceso curativo. Tienes que estar dispuesto a sentir la ira, aunque pueda parecerte infinita. Cuanto más auténticamente la sientas, antes comenzará a disiparse y antes te curarás. Durante el proceso de

duelo, la ira suele presentarse en diferentes momentos e intensidades.

Es posible que estemos enfadados porque Dios no haya cuidado mejor de la persona que hemos perdido. Es como si esperáramos que, en nuestro caso, Dios repare en que se ha cometido un error tremendo y nos la devuelva. Nos quedamos instalados en la ira, preguntándonos cómo reconciliar nuestra espiritualidad y nuestra religión con esta pérdida y esta ira.

Es posible que ni siquiera estemos interesados en la reconciliación. Se recomienda respetar esos episodios de ira, contravenirlos pueden ocasionar fracturas sociales y posibles alejamientos. En los momentos de ira, lo que se está mostrando es profundo dolor, sentirse abandonado y desamparado. La ira se constituye en un anclaje y en una fuerza integradora. Respetarla, acompañarla, entenderla sin juzgar; convirtiéndola en un acto de amor.

Regateo-Negociación. Momento de negociación o pacto. La persona puede llegar a una especie de acuerdo que posponga lo inevitable. El pacto es un intento de posponer los hechos. Es el ofrecimiento de actitudes y sacrificios a cambio de la restitución. Lo que se va a negociar son sentimientos de culpa ocultos o manifiestos. Es hacer sacrificios, la mayoría de los pactos se hacen con Dios y generalmente se guardan en secreto.

La negociación a menudo va acompañada de culpa. La negociación, puede permitir pasar de un estado de pérdida a otro. Puede ser una estación intermedia que posibilita estados adaptativos. Es recomendable mantener a raya el sufrimiento a fin de restaurar el caos reinante. La negociación puede cambiar dependiendo de las motivaciones. Cuando aceptamos que se va a morir, podemos pactar para que su muerte sea indolora. Cuando ha muerto, la negociación a menudo se desplaza del pasado al futuro.

Depresión. Cuando el paciente desahuciado no puede seguir negando su enfermedad, ni sostener su rabia existe un profundo sentimiento de pérdida, ello se manifiesta mediante sentimientos de tristeza, decepción, desamparo y soledad. Es importante no reprimir el sufrimiento. Tras la negociación, nuestra atención se dirige al presente. Aparece la sensación de vacío y el duelo entra en nuestra vida a un nivel más profundo, mucho más de lo que nos hubiéramos imaginado.

Es oportuno aclarar, que la depresión no es un síntoma de enfermedad mental, sino la respuesta adecuada ante una gran pérdida. La depresión tras una pérdida se considera algo natural es una respuesta normal y esperada. Es un recurso protector del psiquismo y cuanto más te permitas sentirla; se están propiciando procesos sanadores. La depresión que acompaña el duelo no puede ser satanizada.

Aceptación. En esta etapa, no hay que confundir la aceptación con la resignación. La

persona está casi desprovista de sentimientos, es como si el dolor hubiera desaparecido, la lucha hubiera terminado y la llegada del momento del descanso final se acerca. El paciente moribundo ha encontrado cierta paz y aceptación, su capacidad de interés disminuye, su deseo de descansar y morir en paz se hace presente. Generalmente, se cree que las etapas del duelo duran semanas o meses. Se olvida que son reacciones a sentimientos que pueden durar minutos u horas mientras fluctuamos de uno a otro. No entramos ni salimos de cada etapa concreta una forma lineal; podemos atravesar una, luego otra y retornar luego a la primera.

Dentro de los grandes beneficios de apoyar y acompañar un duelo la autora precisa: aceptar la realidad de la pérdida, es el paso más difícil; dar expresión a los sentimientos, identificarlos y comprenderlos, para aceptarlos; encontrar cauces apropiados de canalización e integración; adaptarse a la nueva existencia sin el ser querido e invertir la energía emotiva en nuevas relaciones.

La palabra duelo etimológicamente proviene de los vocablos latinos Dolus, del latín tardío que significa dolor, pena o aflicción. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien o por las pérdidas propias. Es el proceso y no un estado por el que pasa una persona al adaptarse a la pérdida de un ser querido. Es el proceso que cada ser humano experimenta de diferentes formas e intensidades las cuales varían según la edad, el sexo, el vínculo afectivo, la fortaleza emocional y espiritual y hasta la cultura a la que se pertenece.

Es recuperarse de la manera más saludable en el tiempo más corto posible y alcanzar en ese tiempo, el equilibrio emocional para no transitar de un duelo considerado normal, a padecer un duelo patológico que es cuando se vive y se reacciona con sentimiento y emociones desproporcionadas. Este tipo de duelo requiere ayuda profesional inmediata.

El duelo es un proceso activo de afrontamiento lleno de posibilidades, es algo que lleva tiempo.

Ante el dolor, nuestra vida no acaba, se transforma. Es necesario afrontar y hacer contacto con la realidad de la pérdida. El duelo permite expresar las distintas emociones que nacen y remueven lo más profundo de nuestro ser. Es una reacción natural ante la inminencia de la muerte (duelo anticipatorio) o cuando se experimenta alguna pérdida significativa en la vida. La reacción natural de duelo puede ser muy profunda y dolorosa y puede durar mucho tiempo afectando todas las esferas de la vida de una persona (51).

En el proceso de duelo influyen toda una serie de factores, psicológicos. La pérdida tiene un significado diferente para cada persona, ya que se percibe de manera intensa en algunos, y en otros casi en formas de alivio. Se analiza la cantidad y calidad de la relación doliente. Se considera el grado de dependencia e independencia que se produce a través de la vida en su relación interpersonal. Juega un papel fundamental la confianza en sí mismo, la

madurez, inteligencia emocional, así como anclajes religiosos, espirituales y culturales.

Apoyos externos. La existencia de una familia unida puede ayudar a la elaboración del duelo. Igualmente, contar con grupos de apoyo que favorezcan la aceptación y encontrar consuelo. Elisabeth Kübler Ross y Viktor Frankl coinciden al afirmar que el enfermo, primero es persona y luego es enfermo esto permite que los seres humanos puedan encontrar el sentido de su vida y mueran dignamente como corresponde a todo ser humano.

Logoterapia y tanatología

Los aportes de Frankl con su Logoterapia, ha significado un apoyo invaluable en la consolidación de la tanatología. La logoterapia es una filosofía de vida, considera que la principal fuerza motivacional del ser humano es la búsqueda de sentido, la cual se concreta a través de valores de experiencia y de actitud. Va más allá de otras psicoterapias, al incluir o reincorporar la dimensión esencialmente humana o espiritual, con lo cual Frankl, logra rehumanizar a

la psicoterapia. Como terapia, contribuye a restablecer la salud mental integral de la persona a través de ayudarla a encontrar el sentido de su vida (77).

Como la vida no tiene sentido sin la muerte, y la muerte no tiene sentido sin la vida, la tanatología en esta unión con la logoterapia se enriquece para lograr una buena muerte, una muerte con sentido. La relación tanatología – logoterapia es fecunda, pues para que la persona logre esa buena muerte que es la finalidad de la tanatología; necesita una buena vida y a ello solo se llega a través de una vida plena de sentido, razón de ser de la logoterapia. Logos o sentido no es algo que nace de la propia existencia, sino algo que se nutre de la existencia. El sentido no se inventa se descubre.

Viktor Frankl nació en Viena en una familia de origen judío. Estudió medicina en la Universidad de Viena y se especializó en Neurología y Psiquiatría. En el otoño de 1942 junto a su esposa y sus padres, fue enviado al campo de concentración de

Theresienstadt. En 1944 fue trasladado a Auschwitz y posteriormente a Kaufering y Türkheim. Fue liberado el 27 de abril de 1945 por el ejército norteamericano. Sobrevivió al holocausto y fallece el 2 de septiembre de 1997 en Viena.

En 1945 escribió su famoso libro “El hombre en busca de sentido” donde describe la vida del prisionero en un campo de concentración desde la perspectiva de un psiquiatra. Una de las reflexiones centrales de su obra, puede sintetizarse cuando en las condiciones más extremas de deshumanización y sufrimiento; se puede encontrar una razón para vivir. Esta reflexión le sirvió para desarrollar la logoterapia (77).

Sus más significativas premisas, las cuales han sido importantes prepuestos para enriquecer la mirada tanatológica son: para afrontar el sufrimiento del otro es necesario escuchar, dialogar, observar, analizar aptitudes y concientizar el significado personal del doliente. “El hombre se destruye no por sufrir, sino por sufrir sin sentido. El sufrimiento es

parte de la vida, del destino, sin importar como se origina. Las personas no pueden elegir tener o no tener sufrimiento. Lo que sí son libres es de escoger la respuesta al sufrimiento, ya sea huir de él o enfrentarlo.

Un verdadero acompañante, ha examinado y aliviado su propio dolor y le ha encontrado sentido, por ende, no tiene miedo al dolor del otro. Es capaz de unirse al que sufre, en una hermandad que permite al doliente sentir la fortaleza para seguir en su lucha ante el dolor y el miedo a la muerte. El sentido, se puede encontrar después de cada sufrimiento y de cada crisis. Si no se hace nada, experimentamos fracaso, culpa, es decir, un sufrimiento innecesario. Si actuamos positivamente, tendremos consuelo a través de los valores de la actitud y si es negativa, experimentamos ira contra el destino, desesperanza, ansiedad o desesperación y estaremos lamentablemente ante el sufrimiento inevitable.

Lo que causa gran desesperación, es el aparente sin sentido de la situación y nuestra propia impotencia. Hay personas que han sabido dar un significado a su sufrimiento, han sabido continuar su camino retomado desde el dolor, abriéndose a un nuevo mundo de posibilidades y crecimiento personal. Creando grupos de auto ayuda entre dolientes con la misma experiencia y reinventándose como personas.

El sentido de la muerte se encuentra en la vida misma, en cuanto sabemos que vamos a morir, dirigimos nuestros esfuerzos hacia la vida vivida con intensidad.

Cuando las personas dolientes empiezan a buscar sentido al sufrimiento inevitable y a tomar conciencia que de éste se puede extraer un nuevo sentido de vida; una nueva esperanza renace y su vida vuelve a convertirse en algo que vale la pena vivirse, pero no de cualquier manera. Se pasa del angustioso “Por qué a mi” al dinámico y personal “Para que a mí”.

El morir enseña a amar, a querer, a recordar, a ser y a estar. La muerte postergada en nuestra estructura cognitiva no puede sino constituir el más absurdo de los absurdos. Todo lo que existe, siempre tiene una razón de ser y esta razón de ser, siempre transciende la propia existencia. Si el dolor existe debe tener una razón más allá de ser un simple síntoma. Si la enfermedad existe, debe tener un valor de transcendencia.

La muerte es transcendencia, el hombre transciende. La muerte nunca será ausencia siempre será presencia solo que es un cambio de presencia, de una presencia real a una presencia espiritual. La vulnerabilidad del ser humano se pone de manifiesto, justamente en esa doble experiencia del dolor y de la muerte. Cuando la mente se queda sin respuestas, cuando se desvanece la ilusión de controlar la propia existencia, cuando lo que se asoma es la incapacidad o la impotencia, cuando se constata que necesitamos depender de los demás incluso para las tareas más simples, cuando se mira

la muerte como el final irremediable y frío, cuando todo eso nos afecta; se empieza a palpar la vulnerabilidad de un modo que nunca se hubiese imaginado.

El dolor es consustancial a la esencia de lo humano. Antes de que la mente le adjudique alguna etiqueta, ya está ahí. Nos acompaña, más o menos intermitentemente desde el nacimiento hasta la muerte, formando parte de nuestra existencia. El dolor es inevitable porque dado el carácter de la realidad, constituye la otra cara del placer o del bienestar. En todo proceso de hacerse para que algo surja, algo debe morir. El hecho de que el ser humano esté permanentemente "haciéndose" explica su vulnerabilidad, sus límites y sus pérdidas de todo tipo. El dolor va a ser nuestro compañero de viaje junto con la sombra de la muerte, por más que queramos mantenerlos ocultos.

La mente, tiene la tendencia a hacer dos cosas: poner resistencia negando el dolor o añadiendo alguna historia en torno a lo ocurrido. Lo que solo era

un hecho doloroso que no hace daño, se convierte en un sufrimiento tóxico, que puede terminar reduciendo y envenenando a la persona que lo ha generado. El sufrimiento siempre nos está diciendo algo. Nos muestra los apegos a que estamos aferrados. El dolor, siempre será oportunidad de crecimiento y de transformación.

Mientras la vida nos resulta placentera no nos complicamos, simplemente vamos vegetando. Es el dolor o la crisis, los que mueven los cimientos que creíamos inamovibles, obligándonos a ir en busca de las verdaderas raíces que nos sostienen. El dolor puede ser una oportunidad. Nos humaniza porque al enfrentarlo con nuestra propia fragilidad y vulnerabilidad; nos mueve interiormente generando sentimientos de bondad y de compasión hacia nosotros mismos y hacia los demás. Vamos despojándonos de nuestras máscaras y corazas.

El dolor puede superarse con creatividad, creando un nuevo sentido a la vida, un nuevo propósito relacionado con el amor al prójimo. Hasta

el último minuto de la vida, existe un propósito, una tarea que realizar, servir a una causa, un camino para trascender el dolor físico. Él dolor a un nivel más profundo, modifica la percepción de nuestra identidad, convirtiéndose en una oportunidad para la transformación de nuestra consciencia.

La vida cobra sentido en cuanto la percibamos como camino. Morir es cambiar de estado, y el bien morir puede ser entendido en términos de desprenderse de todo lo material que nos confina a este mundo; para facilitarnos el paso a la eternidad. El bien morir es estar dispuesto con humildad a despedirse de la vida, entregar la existencia que nos fue dada, sin rencores, ni arrepentimiento, sin culpa y sin dolor. La presencia de la muerte nos pone frente a nuestra responsabilidad que es la de hacer de la vida el sentido mismo de la existencia.

Vivir una vida intensa y plena de sentido, llena de satisfacción y ayuda a enfrentar el misterio de lo desconocido con fortaleza y sabiduría, con la convicción de que la muerte es por fin el descanso

merecido. El sentido de la vida siempre está cambiando, nunca cesa. El sentido de la vida difiere de un hombre a otro, de un día para otro, de un ahora a otra hora. Lo que importa es el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado.

Otros aportes a la tanatología

Otro de los grandes sistematizadores de la tanatología entre una pléyade de investigadores alrededor del mundo, es Alfonso Reyes Zubiria (78) quién identifica tres fases en el proceso de duelo: inicio, puede durar varias semanas donde el impacto y la incredulidad de los sobrevivientes se pone de manifiesto. Se sienten abrumados, aturdidos, confundidos, con malestares físicos, como náuseas, cefaleas, diarrea se siente impotencia ante la vida.

Fase-Intermedia: puede ir de seis meses a un año. La preocupación por la persona que falta persiste, el pensamiento está en el pasado y se acompaña de llanto, fatiga, insomnio o falta de apetito. En esta fase se evalúa emocionalmente la relación que se tenía con la persona fallecida, se

rescata la intensidad de las emociones compartidas y se fijan los recuerdos para vivirlos toda la vida.

Fase-Final: esta fase es muy variable. Se presenta cuando se reinician las actividades diarias, se recuerda al difunto con cariño y tristeza en vez de dolor y nostalgia. Se aprende que hay otros valores y motivos para vivir y luchar.

Zubiria, precisa que existen tres áreas de adaptación tras la pérdida de un ser querido: adaptaciones externas, como influye la muerte en la actuación cotidiana de la persona. Adaptaciones internas, como influye la muerte en la imagen que la persona tiene de sí mismo. Adaptaciones espirituales, como influye la muerte en las creencias, los valores, los supuestos sobre el mundo de la persona. No trabajar esta área es no adaptarse a la pérdida. La persona en duelo debe asumir los roles a los que no está acostumbrada, desarrollar habilidades que nunca había tenido y seguir adelante con un nuevo sentido de la vida.

El autor recomienda para trabajar el duelo, la elaboración de un Familiograma, que consiste en diagramar toda la red de relaciones a fin de identificar nudos críticos y el clima familiar frente a la perdida (sentimientos, emociones, percepciones), identificando comportamientos sociales que marcan la conducta que ha de seguirse. Es una representación esquemática de la familia, que provee información sobre sus integrantes en cuanto a su estructura y sus relaciones.

Al tanatólogo, le permite ubicar los asuntos pendientes de la persona con pérdida a través de las líneas que describen el tipo de relaciones (estrechas, distantes o conflictivas). El familiograma, posibilita reconocer las fortalezas y debilidades de los vínculos familiares, y que tan sólida es la red de apoyo emocional alrededor del doliente. También, permite reconocer los duelos o pérdidas de la familia y como fueron gestionadas.

Singh (79) establece cuatro momentos a ser vividos en duelo: caos, rendición entrega y

trascendencia. Renz & cols. (80) precisan otros episodios: pre-transición, transición y post-transición. Todos estos modelos tienen en común, una visión dinámica de la existencia donde se incluye la dimensión espiritual. La muerte se asume como un proceso más de transformación y el sufrimiento, como un proceso de cambio y adaptación.

La Asociación Americana de Psiquiatría reconoce el duelo prolongado como nuevo trastorno mental. Según el DSM-5, el trastorno de duelo prolongado puede aparecer cuando alguien cercano a la persona en duelo ha muerto. Se caracteriza por la pena intensa y persistente además de reacciones de luto prolongadas en el tiempo (81).

La persona en duelo prolongado puede experimentar anhelos intensos o preocupación constante por el difunto debido a las circunstancias que rodearon su muerte. Estas características del duelo ocurren la mayor parte del día durante varios meses o años. Ese sentimiento les incapacita para

proseguir con sus vidas. Las personas que sufren este intenso duelo con frecuencia no pueden mantener su trabajo, relacionarse, hacer planes o cuidar de otros seres queridos. Se puede identificar el trastorno del duelo prolongado, con una serie de síntomas similares al estrés post traumático. Detrás de muchos duelos prolongados hay traumas psicológicos, ansiedad y depresión. Las implicaciones para la salud pueden llegar a ser graves como desencadenante de abuso de sustancias o la ideación de suicidio.

El DSM-5 describe el proceso de duelo, como una reacción normal ante la muerte de un ser querido. Como parte de su reacción ante una pérdida, algunos individuos en duelo presentan sentimientos de tristeza, insomnio, falta de apetito y pérdida de peso. La duración y la expresión de un duelo “normal varían considerablemente entre los distintos grupos, lo socio cultural influye considerablemente (81).

El trastorno de duelo prolongado se caracteriza por pena intensa y persistente. Un duelo puede considerarse prolongado cuando su intensidad no disminuye en los meses posteriores a la muerte del ser querido. Algunos profesionales de salud mental diagnostican duelos prolongados cuando la aflicción continúa siendo intensa, persistente y debilitante después de 12 meses. Se manifiesta de forma similar a las de una depresión aguda, pero una patología no es equivalente a la otra y en determinadas circunstancias; un duelo y una depresión se pueden superponer.

¿Cuánto tiene que durar un duelo?, ¿unas semanas?, ¿unos meses? Superar una muerte cercana es algo difícil para cualquier persona. Y por mucho que se diga que el paso del tiempo hace las cosas más fáciles, el proceso no es el mismo para todos. Se trata de una circunstancia muy personal y no existe un consenso respecto al tiempo que debe durar.

Cuando hay un duelo prolongado, los tratamientos más usuales son las intervenciones psicoterapéuticas dirigidas a lograr que la persona pueda explorar sus reacciones ante el duelo y enfrentarlo de una forma más sana, entre estos: gestionamiento de las emociones, aceptación de la realidad, procesos de reconstrucción de la identidad, establecimiento de lazos relacionales a fin de afrontar el duelo y sus complicaciones, tanto en forma individual como grupal, técnicas de relajación que alivien o favorezcan el control de la ansiedad y de los trastornos del sueño.

Así mismo, técnicas de detención del pensamiento para los casos de pensamientos recurrentes estériles; técnicas de autocontrol, expresión de las emociones y facilitación del desahogo; desarrollo de destrezas sociales que permitan recuperar o establecer amistades y relaciones que favorezcan la resocialización cuando esta se haya perdido o deteriorado y fomentar la recuperación de actividades de ocio o aficiones del

doliente, que favorecen el bienestar y facilitan la vuelta a la vida normal.

Bioética y tanatología

La palabra Bioética es introducida al mundo académico por Van Rensselaer Potter en el año 1970 en Estados Unidos, como reclamo a una nueva ética en salud, que tome en consideración la dignidad humana y se convierta en sabiduría que ilumine la acción desde las ciencias del espíritu (82). Los componentes de la bioética se circunscriben al conocimiento biológico y a los valores humanos. Una mirada bioética desde las ciencias positivo-experimentales, así como histórico-hermenéuticas. Una simbiosis entre ambas posturas para construir una lógica de la vida, que conduzca a privilegiar la dignidad humana en todos los procesos de la vida.

Según el diccionario de la Real Academia Española, la bioética se define como disciplina científica que estudia los aspectos éticos de la medicina y la biología en general, así como de los restantes seres vivos. La Enciclopedia Británica, la

define como el estudio sistemático de la conducta humana en el campo de las ciencias biológicas y la atención de la salud, a la luz de valores y principios morales.

La consolidación bioética se alcanzaría en los primeros años de la década de los 80, como resultado de la labor de la "Comisión Presidencial para el Estudio de los Problemas Éticos en Medicina y la Investigación Biomédica y de la Conducta (1981-1983). Todos estos aportes, han contribuido significativamente a incluirla en todas las áreas de formación en salud. Lamentablemente, los procesos vida- muerte no son abordados gracias a un desmedido tecnicismo que no posibilita entrar en comunión con el ser humano fuera de la visión mecanicista.

En el año 1994 se inaugura su Programa Regional de Bioética para América Latina y el Caribe. Otras organizaciones internacionales de carácter científico, profesional y religioso han desarrollado variadas acciones en este campo.

Como resultado, se crean centros e institutos de estudios bioéticos, se multiplican los eventos y las publicaciones, así como nuevas áreas de investigación (83).

La bioética médica constituye hoy no una nueva disciplina, sino un nuevo paradigma fundamentalmente humanista. Ella representa la extensión del paradigma socio-médico a la esfera de la ética en salud. Si en su fase inicial de desarrollo, la solución de los problemas éticos era competencia sólo del profesional y más adelante lo sería también del colegio médico con su código de ética; ahora lo es de toda la sociedad y de los diferentes agentes que en esta interactúan.

En tal sentido, la tanatología se ha visto fortalecida por los aspectos bio éticos cuando del proceso vida- muerte se trata. Interesantes plataformas discursivas y toda una significativa investigación y producción han colocado en las agendas la necesidad de abordar el buen morir desde precisos marcos regulatorios. Con la

incorporación de la bio ética en salud, se está tratando de humanizar la praxis médica haciendo valer los derechos de los pacientes en proceso de vida- muerte.

Surge de un esfuerzo interdisciplinario por parte de muchos profesionales de la salud, sociólogos, psicólogos, filósofos, teólogos, tanatólogos, quienes han aunado esfuerzos en la investigación y en el rescate de la dignidad humana. Se apoya más en la razón y buen juicio moral de sus investigadores, que en alguna corriente filosófica o autoridad religiosa de allí que sus principios y orientaciones, sean de carácter autónomo y universal.

Busca de manera especial, humanizar el ambiente en los centros de salud y en particular; promover los derechos del paciente a ejercer su libertad cuando se está en proceso de muerte. La bioética en salud tiene que privilegiar la vida, no debe estar centrada en lo biológico exclusivamente, sino que contribuya a conocer mejor al ser humano para su orientación a favor de la preservación y

respeto por los procesos de vida- muerte. No obstante, el medico es un praxico de las cosas, no de los valores, de las vivencias, de las relaciones. Su práctica consiste en ordenar, clasificar y calcular. Un pragmatismo generalizado que obliga a una praxis donde lo ético se diluye.

Es oportuno señalar, la publicación del libro Principles of Biomedical Ethics (84), constituyó el primer esfuerzo por extender los principios enunciados en el Belmont Report a la práctica médica. Hace referencia al principio de respeto por la dignidad humana, por su autonomía asumiéndose los principios de “beneficencia” y “no maleficencia” como principios independientes. de este modo, beneficencia, no maleficencia, autonomía, justicia, tolerancia, además de totalidad e integridad; se convirtieron en los principios con los cuales se abordarían los dilemas éticos muy especialmente en los momentos de perdida y duelo.

Se hace referencia a los principios bioéticos los cuales se pueden aplicar perfectamente a la

tanatología (85). Principio de totalidad e integridad, el paciente es un ser humano y su proceso vida-muerte, siempre está referido a la unidad sustantiva del ser humano ubicado en un tiempo y en un espacio determinado; con una historia personal que se debe reconocer y respetar. Jamás se debe perder de vista al ser humano desde su historia y su historicidad, como miembro de una comunidad y de un ecosistema.

Integralidad, como principio en el cual se articulan aspectos biológicos psicológicos, sociales, ecológicos, culturales, espirituales y axiológicos de la persona. Integralidad como visión holística. Al paciente hay que tratarlo como un todo. El principio de totalidad y de integralidad, conlleva a un dinamismo altruista que hace posible salir de los espacios cerrados del ser para asumirlo como totalidad.

Principio de beneficencia. El punto de partida de este principio es la compasión que un ser humano debe tener por otro ser. Tener compasión, significa

compartir tanto conceptual como sentimentalmente la vivencia del paciente. Sentir con el otro, asumir sus padecimientos, apropiarse de su experiencia vital implicada en su necesidad de sanación. Buscar el máximo de afinidad y cercanía evitando las transferencias. Ayudar al paciente a redescubrir el sentido de la vida a fin de que pueda asumir sus circunstancias, como parte de la dinámica humana en la que estamos llamados a trascender.

Principio de no maleficencia. No se puede hacer mal para obtener un bien. Evitar cualquier riesgo de daño, intercambiar ideas, informar lo más claro posible y no omitir información. Es ético informar sobre todos los procedimientos a realizar para evitar por omisión daños emocionales, físicos y estimación de riesgos.

El principio de autonomía es constitutivo de la definición de persona como sujeto moral. La autonomía se caracteriza por su dinámica intersubjetiva. Generar conocimiento (consejería),

que conduzca a clarificar la conciencia y a la toma libre de decisiones.

Principio de tolerancia, es la capacidad para poder cotejar y armonizar los diferentes procederes de quienes participan en un proceso de intervención terapéutica. Nadie puede avasallar la voluntad del otro. Los procesos biológicos y socioculturales serán imposibles, sin los espacios de tolerancia que posibiliten el respeto a lo diverso socio antropológicamente hablando; haciendo posible tolerar lo diverso en la vida del paciente, creencias, prácticas y cosmovisiones. El principio de tolerancia significa el profundo respeto a las individualidades tanto humanas como de todos los seres de la naturaleza y la búsqueda de unidad en lo plural.

Principio de justicia. Satisfacer con una equivalencia proporcional las necesidades de los pacientes. La justicia exige igualdad de oportunidades. El principio de justicia implica conocer los derechos de los pacientes, que

representan una defensa contra el encarnizamiento terapéutico.

Estos derechos están plasmados en un documento denominado carta de derechos del paciente. En 1976 la Asamblea Parlamentaria del Consejo Europeo aprobó los derechos básicos de los pacientes los cuales deben ser del conocimiento no solo de quienes están en proceso de vida-muerte; sino de todo el equipo que acompaña y apoya: derecho a la dignidad, a la integridad, a la información, a un tratamiento adecuado, a sufrir lo menos posible

Todo lo señalado, da derecho a tener una muerte digna sin realizar acciones para prolongar la vida de modo artificial. En consonancia con lo planteado, todos tenemos derecho a rechazar un tratamiento médico si así lo deseamos cuando de encarnizamiento terapéutico se trata, entendido como el ensañamiento con el paciente moribundo cuando ya está prácticamente muerto, queriéndolo

mantener con vida a partir de medios artificiales cuyos efectos son perjudiciales.

Dentro de los aspectos bio éticos en los procesos vida- muerte, el equipo tanatológico tiene que tomar en consideración los miedos del ser en fase terminal y de todo su entorno bien sea familiar y/o relacional. El miedo, es una de las emociones más perturbadoras ante la muerte. Se dice que la mayoría de nuestros miedos son creados por la propia mente y por el tipo de ideas que se alojen en esta.

Los miedos más recurrentes de los pacientes a ser tomados en consideración por la acción terapéutica tanatológica son: a lo desconocido, a la destrucción del cuerpo, a la soledad, aislamiento y privación del contacto humano; a perder el cuerpo, si perdemos el Yo perdemos todo; a perder el autocontrol, cuando se agrava la enfermedad, va creciendo la dependencia; al dolor, miedo estar viviendo de sufrimiento en sufrimiento; a la pérdida de identidad; a la regresión del Yo, el ego pelea

constantemente contra la regresión dentro de su pérdida del yo; a perder el significado de la existencia y a morir sin dignidad.

Los miedos más frecuentes del grupo familiar son: a perder al ser querido, que el ser querido sufra, que el ser querido tenga miedo de no poder ayudarlo, a no poder estar cerca de él/ ella, a no tener esperanzas, a no hacer lo correcto, a no poder decir la verdad, a los gastos, al futuro impredecible, a la soledad, al desamparo, a que el tratamiento no sea el adecuado, a tener que demostrar sus miedos, a no ser lo suficientemente fuertes para afrontar la partida, de no poder participar en su cuidado, a cansarse demasiado y no resistir.

Así como a tener que dejar sus actividades, a sentirse culpable, a llorar, a sentir la posibilidad de su propia muerte, a involucrarse emocionalmente, a demostrar su dolor, a demostrar su tristeza, a demostrar sus miedos, a su incapacidad técnica, a que le echan la culpa, a que le afecte demasiado, a equivocarse en alguna decisión, a la frustración, a la

impotencia no tener lo necesario para ayudar, a no poder hacer nada, a no actuar correctamente, a no saber consolar, a perder poder.

Cerramos esta pincelada bioética, precisando los derechos del enfermo terminal a ser tomados en consideración en función de orientar la consejería tanatológica: derecho de ser tratado como un ser humano vivo hasta el momento de la muerte; mantener una esperanza, cualquiera que sea esta esperanza; a expresar sufrimientos y emociones en lo que respecta al momento de la muerte; A obtener la atención de médicos y enfermeras e incluso si las terapéuticas deben ser cambiadas en función de dar alivio y confort.

Igualmente, el derecho a no morir solo, de ser liberado de dolor, de obtener una respuesta honesta a cualquiera que sea la pregunta, de no ser engañado, de recibir ayuda de la familia en la aceptación de muerte, de morir en paz y con dignidad, de conservar la individualidad y no ser juzgado por las decisiones contrarias a las creencias

de otros, de ser cuidado por personas sensibles y competentes, que comprendan necesidades y que sean capaces de encontrar algunas satisfacciones ayudándole a enfrentarse con la muerte.

Otro aspecto de gran complejidad a ser considerado por la bioética en los procesos vida-muerte, son los relacionados con el abordaje de la eutanasia, que se define como buena muerte. La palabra eutanasia proviene de la raíz griega eu , que significa bueno, verdadero, bien, felizmente y thanatos, que connota muerte. Eutanasia en consecuencia, hace referencia a muerte tranquila, dulce, sin padecimientos, sin dolor, sin sufrimiento. También se le denominada muerte piadosa o suicidio asistido.

Eutanasia, es el acto de dar muerte sin dolor o sufrimiento a una persona que padece una enfermedad o condición incurable. Se usa como sinónimo de muerte misericordiosa. Es buena muerte, evitando el dolor y los sufrimientos. La eutanasia no ayuda a una persona a buen morir, ya

que pueden permanecer en ella sentimientos negativos y entonces muere con odio a la vida o con desesperanza, lo cual no es buena muerte. En este sentido, morir en la desesperanza no es buena muerte

La eutanasia es la intervención aceptada voluntariamente por el paciente y realizada por un profesional médico, quien acelera la muerte de un desahuciado, con la intención de evitar sufrimiento y dolor innecesario. Datos históricos revelan que, entre algunos pueblos primitivos, se acostumbraba a matar o abandonar a los ancianos y a las personas muy enfermas. Se cuenta que, entre los esquimales, se practicaba una especie de eutanasia voluntaria pues a petición del anciano o del enfermo, se les abandonaba tres días en un iglú herméticamente sellado.

Entre los Celtas se les daba muerte a los ancianos enfermos. La práctica extendida entre algunas tribus antiguas imponía como obligación sagrada al hijo mayor, administrar la muerte buena

al padre viejo y enfermo. En Grecia, el Estado tenía por costumbre suministrar la cicuta (veneno), a quienes lo solicitaban para poner fin a sus sufrimientos. Sin embargo, el término eutanasia no se empleaba para designar tales prácticas, las cuales eran catalogadas como ayuda a morir.

Se cuenta que el filósofo griego Diógenes, se suicidó cuando cayó gravemente enfermo. De igual manera Zenón fundador de la escuela Estoica y Epicúreo de quien se dice no llegó a suicidarse, pero se embriagó para no tener conciencia de su muerte (20). Platón en el Libro III de la República escribió que aquellos cuyo cuerpo está mal constituido, se les dejará morir y se les castigará con la muerte, así como a todos aquellos cuya alma sea naturalmente mala e incorregible. Teofrasto (Siglo III a.C) inventó remedios para inducir a una muerte fácil e indolora. Los textos que recogen los pensamientos de Sócrates y Platón evidencian que una enfermedad dolorosa era una buena razón para dejar de vivir.

El mejor indicio de que en Grecia se practicaba la eutanasia, reside en el rechazo de Pitagóricos y Epicúreos a esta práctica. Los griegos fueron los primeros en consentir el suicidio bajo ciertas condiciones, como lo señalan Cicerón (106 – 43 a. C) en su carta a Ático, emplea la palabra eutanasia como sinónimo de muerte digna, honesta y gloriosa. Séneca expresó: “Es preferible quitarse la vida, a una vida sin sentido y con sufrimiento” (20). Hipócrates de Cos (Siglo. V a.C.) padre de la medicina, a quien se le atribuye la autoría del llamado juramento hipocrático, dejo bien sentado que “el médico no dará medicamento mortal por más que le sea solicitado” lo que permitió a la medicina proteger la vida del paciente, aun en condiciones vulnerables de salud.

En Roma, similar a lo que acontecía en el pueblo griego, existía un depósito de cicuta a disposición de quien mostrase ante la corte deseos de abandonar la vida. Por otro lado, la eutanasia neonatal estaba autorizada legalmente en Roma a

través de la Ley de las XII Tablas donde el padre, podía matar al nacer a los hijos con alguna deformidad (20).

En el renacimiento, el concepto de eutanasia adquiere su real significado y se le considera relacionada al buen morir. Siendo la muerte el último acto de la vida, había que ayudar al moribundo con todos los recursos disponibles para lograr una muerte digna y sin sufrimiento. Tomas Moro (1748-1535) filósofo inglés, menciona el término eutanasia en su obra Utopía. Una sátira política en la que se hace referencia a una isla imaginaria del mismo nombre; donde surgen temas a ser discutidos como el trato que debía darse ante el divorcio, la muerte y la eutanasia (86).

Durante la edad media, se habló sólo de matar por misericordia a los que caían gravemente heridos en el campo de batalla. Las guerras, pestes y epidemias inspiraron el arte del bien morir. Sin embargo, para los cristianos medievales la idea de matar por compasión resultaba repugnante, ya que

el dolor venía de Dios y debía ser aceptado como expresión de la voluntad del Todopoderoso. El no matarás era considerado como el más importante de los diez mandamientos y ningún hombre podía infringirlo, aunque se tratase de los sufrimientos más crueles (20).

En Inglaterra a Francis Bacon (1561-1623), se le atribuye el uso del término eutanasia como se concibe en la actualidad. Con dicho término no solo se postulaba la muerte del enfermo, sino la ayuda en el morir. Bacon, exhortaba a los médicos a no aceptar el dolor como una fatalidad, sino a la investigación de métodos tendientes a disminuir los sufrimientos y a hacer más benigno el último trance del moribundo. El oficio del médico no es sólo restaurar la salud, sino también mitigar los dolores y tormentos de las enfermedades. Por humanidad, deben los médicos adquirir habilidades y prestar atención a cómo puede el moribundo dejar la vida más fácil y silenciosamente.

En la modernidad, la tragedia eutanásica en Alemania estuvo fundamentada en las ventajas económicas que reportaría la eliminación de seres humanos cuyas vidas carecían de valor. Hitler, puso en marcha un programa que tenía como objetivo procurar la muerte por misericordia. En hospitales pediátricos, se eliminó a miles de niños. Al principio se mataba sólo a retrasados mentales graves, posteriormente, se incluyó a niños con orejas ligeramente deformadas, a los que se orinaban en la cama y ofrecían dificultades para ser entrenados. Primero se exterminaba a los gravemente enfermos, luego a los deformes, continuando con los improductivos, a los indeseables ideológicamente, a los indeseables racial y finalmente a todo el que no fuera alemán (54).

Producto de la postguerra, y como una respuesta al temor de no volver a vivir esos amargos momentos; se fundaron organismos e instituciones internacionales con la finalidad de controlar y evitar conflictos que pudieran provocar un nuevo

holocausto para la humanidad. Surgen toda una serie de organizaciones en defensa de la vida. La Organización de las Naciones Unidas (ONU), la Organización de Estados Americanos (OEA), encargada de promulgar la Convención Americana sobre Derechos Humanos, conocida también como Pacto de San José (1969). En su artículo 4 se precisa: "Toda persona tiene derecho a que se respete su vida. Este derecho estará protegido por la ley, a partir del momento de la concepción. Nadie puede ser privado de la vida arbitrariamente" (87).

La Declaración Americana de los derechos y deberes del hombre, Art. 1 señala: "Todo ser humano tiene derecho a la vida, a la libertad y a la integridad de su persona". Además de las normas internacionales, también hubo otros importantes instrumentos internacionales que surgieron en la época de la posguerra las cuales contemplan un genuino respeto por la vida y por los valores derivados de ésta, siendo adoptados por los países de nuestra área.

Entre estos acuerdos está la Declaración Universal de los Derechos Humanos del 10 de diciembre de 1948; el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Civiles y Políticos ambos del 16 de diciembre de 1966, así como también, la Convención Europea de Salvaguarda de los Derechos del Hombre y de las Libertades Fundamentales de 1950. Los diferentes marcos regulatorios sin excepción defienden la vida como un derecho inviolable.

Con el advenimiento de las corrientes humanistas, se redimensiona el proceso vida-muerte. Rescatar la certidumbre de la muerte implico dar un giro en su percepción a fin de repensarla desde otras miradas. De conformidad con la corriente humanista, las relaciones humanas pueden contribuir a la dignificación en ese momento decisivo de su existir. El asumir con serenidad la propia muerte, es el equivalente hacia la comprensión de un destino colectivo. La muerte al imponer un límite

a la presencia física instaura una solución de continuidad y confiere un sentido a cada instante de la vida. Por consiguiente, es imposible disociar la conciencia de la muerte de la profunda subjetividad de cada ser humano.

Con el devenir de la industrialización y la revolución tecnológica, se han dado pasos agigantados sobre la concepción de la vida- muerte, se le contextualiza como un proceso complejo en el que los avances de la ciencia pueden brindar al paciente alternativas nunca previstas. Ya no sólo se entiende la muerte como un mero acto biológico, terrenal, de transición dimensional, sino como todo un proceso transcomplejo. Este complejo entramado de circunstancias, en el que todos los actores se ven en la necesidad de tomar acciones y decisiones de gran impacto; abren las compuertas a diferentes posturas sobre la eutanasia y a cada uno de los andamiajes que confluyen en el final de la existencia.

La mayoría de los estados modernos, han establecido sus propios códigos de Bioética bajo la inspiración de organismos internacionales como la Asociación Médica Mundial y la Organización Mundial de la Salud (OMS). El contenido de la mayoría de estas propuestas se caracteriza por abordar cuatro grandes tópicos (88):

-Deberes generales de los médicos en relación a la necesidad de formación en torno a estos temas complejos.

-Deberes hacia los enfermos, especialmente importantes para la preservación de la vida respetando la dignidad humana.

-Deberes de los médicos entre sí, confraternidad, trabajo en equipo, solidaridad.

-Deberes con la colectividad, precisiones deontológicas derivadas del ejercicio de la medicina.

Es preciso señalar que el movimiento eutanásico ha tenido un auge importante en épocas recientes. En 1994 en el Estado de Oregón fue aprobada una ley que legaliza el suicidio, la misma

se denomina Law Oregon Death with Dignity Act (Ley de Oregón para la Muerte Digna) estableciéndose en ese cuerpo legal, que aquellas personas que hubiesen sido diagnosticadas con enfermedades terminales; pueden hacer una solicitud de manera escrita a fin de que se les suministre la medicación adecuada para poner fin de manera digna y humana a su vida.

La eutanasia se permite en Países Bajos, Bélgica, Luxemburgo, Canadá, Colombia, España, Nueva Zelandia y Australia. En Colombia, la eutanasia fue despenalizada en 1997, pero solo se convirtió en ley en 2015. Desde entonces se han llevado a cabo 157 procesos. En otros lugares del mundo, aunque la eutanasia directa o activa está prohibida existen regulaciones que permiten otras formas de "muerte compasiva", como el suicidio asistido. El personal de salud entrega los medicamentos al paciente, quien debe tomarlos por sí mismo. Esta práctica es legal en Alemania, Suiza, el estado australiano de Victoria y en los estados

estadounidenses de California, Colorado, Hawái, Maine, Nueva Jersey, Oregón, Vermont, Washington y Columbia.

En muchas otras naciones, es legal la llamada eutanasia indirecta o pasiva en la que se suspende la atención médica o los tratamientos, y se deja morir al paciente cuando ya no hay esperanza. La eutanasia directa está prohibida en la totalidad de países de América Latina. En Argentina, el Senado aprobó en 2012 una ley que autoriza a rechazar tratamientos que prolongan artificialmente la vida de pacientes con síntomas terminales o irreversibles.

En Chile, desde 2012, los pacientes en estados terminales pueden rechazar la continuidad de los tratamientos. En diciembre de 2020, la Cámara de Diputados del país andino aprobó el proyecto de ley "Muerte digna y cuidados paliativos" busca bajo determinadas condiciones, que una persona pueda solicitar asistencia médica para morir. En Ciudad de México en los estados de Aguascalientes y Michoacán, también permiten que pacientes en

estados terminales rechacen los tratamientos paliativos. Sin embargo, varios proyectos de ley para autorizar la eutanasia han fallado en el Congreso.

En Uruguay, cuentan con una la ley conocida como “voluntad anticipada” o “del buen morir”, que regula también la libertad de un paciente para rechazar un tratamiento, incluidos los cuidados paliativos. La jurisprudencia venezolana, en ninguna de sus disposiciones contempla el término eutanasia. La acción terapéutica tanatológica, tiene que tener un amplio conocimiento sobre lo complejo de la eutanasia, a fin de establecer oportunas reflexiones no solamente con el paciente sino con el grupo familiar

V.LAS NECESARIAS APROXIMACIONES. VISIBILIZANDO AVANCES Y DESAFÍOS

Las ciencias del hombre no se ocupan nunca de la muerte. Se dan por satisfechas con reconocer al hombre como el animal del utensilio (homo faber), del cerebro (homo sapiens) y del lenguaje (homo locuax). Sin embargo, la especie humana es la única para la que la muerte está presente durante toda su vida, la única que acompaña a la muerte de un ritual funerario, la única que cree en la supervivencia o en la resurrección de los muertos (36).

Haber escogido como tema la tanatología, significo un viaje iniciático de absoluta preparación no solo para mi regreso a casa; sino para acompañar el proceso vida- muerte con mayor preparación. Desandar mis propios pasos y recrearme en mis anclajes transgeneracionales sobre el proceso vida-muerte, fue una experiencia maravillosa y una invaluable oportunidad para adentrarme en una temática que requería ser mirada y saboreada con mayor profundidad.

Largas e interminables horas de lectura, de reflexionar sobre mi propia existencia, sobre mi experiencia de vida- muerte, sobre mi proyecto de vida, sobre la impermanencia del ser, sobre los pasos tras la utopía posible; fueron el ingrediente perfecto para zambullirme en el buen morir y seguir consolidando el proyecto GALE aun en ciernes. Imitando a las arañitas que tejen su tela, fui armando este texto con gran cuidado y mucha reflexión. Preciso en este aparte, algunas ideas de cierre provisional para seguir transitando el camino que me va a permitir un mejor abordaje tanatológico.

Se precisan algunos aspectos medulares, los cuales contribuyen a centrar la mirada en función de identificar avances y desafíos en torno a la tanatología y sus horizontes posibles de concreción. En franco distanciamiento entre el sociologismo el culturalismo y todos los ismos, no existe una división entre naturaleza y cultura sino todo un engranaje dialectico entre continuidades y discontinuidades. La

muerte, se sitúa exactamente en ese umbral bio-eco-socio antropológico.

A lo largo de todo el proceso civilizatorio, la muerte asumió un indiscutible carácter socio antropológico expresado en las diversas practicas funerarias. De igual manera, se reafirma al ser prolongándolo en el tiempo y en su propia esencia de ser, cuando se les entierra con sus armas, sus utensilios, sus objetos más preciados y se les embalsama…

El proceso vida-muerte ha sido objeto de prácticas que se corresponden a creencias relacionadas con la inmortalidad (reencarnación, renacimiento, encuentro con Dios, Samadi). La muerte en las cosmogonías más arcaicas ha estado asociada a un gran sueño, un viaje, un renacer, una puerta de acceso a…

Las manifestaciones de dolor han estado representadas para demostrar la aflicción de los vivos con cierto deseo de lograr benevolencia por parte del fallecido. Lo que más ha inquietado de la

muerte a través del tiempo, ha sido la descomposición del cuerpo. Ello condujo desde los tiempos sin tiempo, a toda una serie de prácticas como el canibalismo, la cremación, el enterramiento, el embalsamamiento, arrojar el cuerpo a las aguas o dejarlo para ser devorado por animales. El cuerpo en descomposición, determino prácticas para su tratamiento. “Sobre la vida humana, puede descubrirse un sistema permanente de obsesiones y de angustias que manifiestan la prodigiosa importancia de la economía de la muerte en el seno de la humanidad arcaica” (36)

Sin lugar a duda, todo el dolor de los funerales, el terror a la descomposición y el duelo, tienen un denominador común: la perdida de la individualidad, que determina todas las perturbaciones que provoca la pérdida irreparable del ser. La conciencia humana de la muerte es la más evidente prueba de la pérdida del ser. La pérdida de la existencia es vivida como la propia perdida del grupo. Es la relación simbiótica entre individuo- especie- sociedad- muerte. Es lo que

Hegel en la Fenomenología del Espíritu preciso como momento fundamental de la conciencia de sí (la afirmación del individuo)

Otro aspecto para considerar en todo este recorrido es la fuerza de las religiones, las cuales, calman la angustia de la muerte y son el sostén del goce de la inmortalidad. La individualidad se afirma más allá de la muerte a partir de las religiones.

Otra de las grandes reflexiones que generó el tema desarrollado, ha sido su olvido o su trato tangencial, en los diseños curriculares de las escuelas de medicina. El proceso vida-muerte se convirtió en un asunto incomodo, de ello no se habla en los espacios académicos, a menos que sea abordado desde una visión tecno-científica exageradamente reduccionista y funcionalista. Se esquiva hablar de ello por considerarse un fracaso, generando temores frente a la pretendida representación que se ha construido sobre lo infalible del saber en salud.

No se educa para la muerte, se educa para ignorarla, para desaprovechar la vida y todos los maravillosos momentos que esta encierra. La historia y la historicidad del ser humano son totalmente ignorados. Los aspectos espirituales, sociales y culturales son satanizados. Todas estas marcas ideológicas en la formación del talento humano en salud; evidencian la pérdida total del sentido de la vida. La acción terapéutica tanatológica, tiene que contar con una mirada transdisciplinaria que pueda abordar la complejidad de emociones y sentimientos que afloran en los procesos de vida- muerte y en cualquier tipo de perdidas.

El respeto y rescate de la dignidad humana deben ser los faros que iluminen el trabajo tanatológico. Grabo en mi memoria esas profundas palabras Elizabeth Kübler Ross “Aquellos que tienen la fuerza y el amor para sentarse junto a un paciente moribundo, en el silencio que va más allá de las palabras, sabrán que ese momento no asusta, ni es

doloroso...Ser testigo de una muerte pacífica, es como observar una estrella fugaz" (1).

Sin lugar a equivocaciones, la acción terapéutica tanatológica exige preparación personal y experticia para el abordaje integral e integrador del proceso vida- muerte. El trabajo con pacientes agónicos o en duelo, exige mirar este proceso con una gran sensibilidad plena y genuina. Además de poseer toda una caja de herramientas para abordar todo tipo de pérdidas y de emociones que ello genera. Un proceso de vida-muerte bien orientado desde el amor, el respeto y el compromiso demuestran que al final de la vida, se puede encontrar consuelo, paz y trascendencia.

Sanar, sanando a través de la recuperación de todo ese entramado mundo simbólico, exige ser reconocido y reconciliado desde una hermeneusis fenomenológica de la mano con el mindfulness, las neurociencias la psiconeuroinmunología y otros caminos terapéuticos como brújula para encontrar que siempre habrá luz al final del camino.

Llamó poderosamente la atención que, en Venezuela, la acción terapéutica tanatológica es prácticamente inexistente. Me impactaron la gran cantidad de congresos, maestrías y toda una serie de formaciones en torno a la tanatología en América Latina. La investigación en el área es profusa, así como la gran cantidad de artículos publicados. Solo existe la Sociedad Latino Americana de Cuidados Paliativos. Sin embargo, en los hospitales este tipo de cuidados, no funcionan y mucho menos el acompañamiento al bien morir. La crisis del sector salud en el país es tan profunda, que pensar en cuidados paliativos o tanatológicos, es algo impensable en estos momentos de tanto quiebre social y económico.

Finalmente, abordar esta temática ha reforzado mi sentido vital reconciliándome con mis anclajes transgeneracionales, brindándome herramientas valiosísimas para seguir ayudando a otros en su viaje de regreso a casa y preparándome finalmente,

para convertirme cuando sea al momento, en polvo de estrellas…

REFERENCIAS

(1) Kübler Ross E. On Death and Dying. New York: Colliers Brooks Macmillan Publishing. 1969. p.74.
(2) Morin, E. Introducción al pensamiento complejo. Barcelona: Gedisa. 1995. p. 9
(3) González, M.C. 2021 Voces que viajan, sueños que vuelan, vidas que se transmutan. Revista Salud y Bienestar Colectivo. 2021; Vol. 5 Nº3: p.p. 120-145.
(4) Domínguez, G. La tanatología y sus conceptos de aplicación. Horizonte sanitario. 2009; Vol. 8 N.º 2: p.p. 28-39
(5) Walker. A. Cerebral Death. Baltimore: Urbans. 1985.
(6) Giraldo C. Medicina Forense. Bogotá: Editorial Educacional. 1987
(7) Hernández, F. El significado de la muerte. Bogotá: Digital Universitaria. 2006; Vol. 7 (8): 1-17.
(8) Torres, C. Estudio en torno a las creencias sobre la vida y la muerte. Suecia: Upsala University Press. 2002.
(9) Morin E. El paradigma perdido. Barcelona: Kairós. Barcelona. 1999. p.113
(10) Amarro. M. Consideraciones históricas y éticas acerca de la muerte del ser humano. Red Cubana de Salud Pública.2002; Vol. 13. Nº2: p.p. 45.63.
(11) Levi Strauss, C. Antropología estructural. Mito sociedad y humanidad. Buenos Aires: Siglo XXI .1987.
(12) Johansson. Morir una derrota vital para los Mexicas. México: Instituto de Investigaciones Históricas. UNAM .2021
13) Espinoza, W. La muerte en tiempo de los Incas. (consultado el 20 de enero del 2024) disponible en:https://history-peru.blogspot.com/2017/06/la-muerte-en-tiempo-de-los-incas.html#google_vignette.

14) Cohen, E. La muerte en la cultura Maya. Acta poética. 2004; Vol. 25. N.º 2. p.p. 421-430.
(15) Heinen, H. García, A. The multiethnic network of the lower Orinoco tribes (Warao). Carolina del Norte. Duke University Press. 2000.
16) Paz, C. Los ritos de muerte y dobles enterramientos en el pueblo wayuu. Trabajo Social. 2018; Vol. 8 N.º 1. p.p. 67-92.
(17) Velásquez, N. Población indígena y etnohistoria en el extremo oriental de Venezuela. Limina. 2010; Vol. 8 Nº2. p.p. 89-105.
(18) Hertz, R. La muerte. Madrid: Alianza. 1990
(19) Lledó, E. El epicureísmo. Madrid: Ed de bolsillo. 1996. P. 35
(20) Margotta, R. Historia de la medicina. Barcelona: Novaro. 1980. P.50
(21) García Pérez, David. La muerte: su significación y su representación en la poesía griega. (Consultado el 18 de diciembre del 2023) disponible en http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-(2009). 30582009000200003&lng=es&tlng=es.
(22) Vernant, J.P. Mito y tragedia en la Grecia Antigua. Barcelona: Paidós. 2002
(23) Jiménez G. "Sin miedo a la muerte Una mirada budista sobre el encuentro con la muerte" (Consultado el 14 de diciembre del 2023) disponible en https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30500824
(24) Bhagavad Gita. Madrid: Trotta. 2005
(25) Rimpoche. S. El libro tibetano de la vida y la muerte. México: Urano.1994. p.47
(26) Requena, N. Los espacios de la muerte en Roma. Roma: Nova Tellus. 2021

(27) Vaquerizo, D. 2007 muerte en la Hispania romana, ideologías y prácticas, I Encuentro Hispano Luso de Paleopatología. Madrid. 2007. Fundación Academia Europea e Iberoamericana de Yuste
(28) Bing, B. La muerte en China. (Tesis doctoral). Madrid: Universidad Complutense. 2021
(29) Marina Méndez Concepciones de la muerte en el Egipto Antiguo: Aspectos múltiples del ser en la existencia de ultratumba. IX Congreso Argentino de Antropología Social. Universidad Nacional de Misiones. Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. 2008
(30) Kemp, B. How to Read the Egyptian Book of the Dead. Nueva York: Granta.2007
(31) Tapia, A. Concepción de la muerte en el judaísmo. Santiago de Chile: Centro de estudios judaicos. Universidad de chile. 2008
(32) Cipriano de Valera. Biblia. versión Reina-Valera.1960
(33) Marín R. El estudio de la muerte en el islam: Filosofía de la vida. 2016; Vol. 6 Nº1, p.p. 455-502
(34) Duarte G. Representaciones de la Muerte en la Edad Media y Renacimiento: Ars Médica. 2003; Vol. 6. N. º8. p.p.48-67
(35) Mitre E. Muerte y modelos de muerte en la Edad Media Clásica: Historia. 2004; Nº6 p.p.11-31
(36) Morin, E. El hombre y la muerte. Barcelona: Kairós. 1970; p. 227
(37) Aries, P. El hombre ante la muerte. Madrid: Taurus. 1999
(39) Haindl. A. la muerte en la edad media. Santiago de Chile: Orbis Terrarum, 2009; N.º 1. p. 107-206
(40) Ladero, M. El arte religioso del siglo XVIII. México: Fondo de Cultura Económica. 2004

(41) Huizinga, H. El otoño de la edad media. Alianza Madrid. España. 2009
(42) Aberth, J. The black death, Boston: Bedford. 2005
(43) Ruiz, G. Ars morandi una preparación para el tránsito. IX jornadas científicas sobre la muerte y sus testimonios. Madrid: Universidad Complutense. 2011. p.p. 315-344
(44) González. Z. La danza macabra. Iconografía medieval. Vol. 6 N.º 11. 2014. p 23 51.
(45) Foucault. M. Las redes del poder. Madrid: La piqueta. 1990
(46) Menéndez, E. Representación social de los procesos salud enfermedad atención. Salud colectiva, 2008. 4 (1). p.p. 9-30
(47) Freud, S. Consideraciones de actualidad sobre la guerra y la muerte. Obras completas. Madrid: Biblioteca Nueva Madrid. 1972.
(48) ---------- Nuestra actitud hacia la muerte. Londres: Hogarth. 1964
(49) Winocur, M. Marx y la muerte. Puebla: Bajo el Volcán. 2008; Vol. 7 N.º 12. p.p. 191-215
(50) Kübler Ross. Sobre la muerte y los moribundos. México: Ediciones de Bolsillo. 2007
(51) ----------. Sobre el duelo y el dolor. Barcelona: Luciérnaga. 2015
(52) Foucault. M. El nacimiento de la clínica. México: Siglo XXI. 2004
(53) ---------- El orden del discurso. Madrid: Piqueta. 2008
(54) Attali, J. El orden caníbal. Vida y muerte de la medicina. Madrid: Planeta. 1981
(55) Cruz, R. Al acecho de la perfección. Transhumanismo: el cuerpo oscuro. Antropología. 2009; N° 87. p.p.29-45

(56) Stolyarov, G. Death is wrong. Nueva York: Argumentative Press. 2013
(57) Lyotard, F. La condición Post moderna. Madrid: Catedra. 2000
(58) Toffler. A. El shock del futuro. Barcelona: Plaza Janes. 1970
(59) Fukuyama, F. Nuestro futuro post humano. Consecuencias de la revolución tecnológica.Londres: Profile Books 2002
(60) Sloterdijk, P. Temblores del alma en las fuentes del terror. Madrid: Pretexto. 2003
(61) Pintos, J. Tanatorios versus velorios. Semata. 2006; 17 (5)563-598
(62) Echart, A. Neuro cosmética. Transhumanismo y materialismo eliminativo. Bioética. 2012; Nº23, (77). p.p. 37-51
(63) Kurzweil, R. Singularity is rear. New York: Penguin. 2005
(64) Martos, A. Imaginarios tecno científico y Humanismo. Futuro digital. 2010; N.º 23 p.p. 489-496
(65) Harari, Y. Breve historia del mañana. Londres: Pinguin Ramdon House. 2016
(66) Hottois, G. Humanismo transhumanismo y Post humanismo. Revista colombiana de Bioética. 2015; Vol. 8. N° 2. p.p. 167- 192
(67) Roger, C. What understanding and acceptance mean to me. Humanistic Psychology. 1995; Vol. 35 Nº4 p.22
(68) Beade, I. Consideraciones acerca de la condición Kantiana de la libertad. Filosofía. 2020; N.º 65. p.p. 21-44
(69) Sartre, J. P. El ser y la nada. Buenos Aires: Huascar. 1985
(70) Heidegger, M. Ser y Tiempo. México: Fondo de Cultura Económica. 1993

(71) González, M.C. Covid- 19. Ciencia Espiritualidad y Salud. Salud y Bienestar
Colectivo. 2020; Vol. 4 N.º 3. p.p. 22-38
(72) Frankl, V. El hombre en búsqueda de sentido. Barcelona: Herder. 1991
(73) Arbocco, M, Neurociencias y salud mental. Educación. 2016; Vol. 4. Nº21 p.p.327- 362
(74) Dispensa, J. Deja de ser tu. La mente crea la realidad. Madrid: Urano. 2008
(75) Lipton, B. Biología de las creencias. Nueva York: Hay House. 1998
(76) Castes, M. Descubre el poder de tu sistema inmunológico y toma control de tu salud. Caracas: Diamar. 2014
(77) Frankl. V. Logoterapia y análisis existencial. Madrid: Herder.1990
(78) Reyes, Z. L. Tanatología del siglo XXI. México: MC editores.2008
(79) Singh. K.D. The grace of dying. San Francisco: Harper Colling, 2000
(80) Renz, M. Schuett, M. Dying is a Transition. American Journal of Hospice & Palliative Medicine 2012; Vol. 30. Nº3. p.p. 283-300.
(81) Asociacion Americana de Psiquiatría. Manual de diagnóstico y estadística de trastornos mentales. DSM-5- Nueva York: TR. 2011
(82) Benavidez, L 2012 Van Potter. Pionero de la ética global. Reencuentro. 63. 18-22
(83) Organización Panamericana de la Salud. Bioética. Nueva York. 1994
(84) Beauchamp, T, Childress, J. Principles of Biomedical Ethics. Nueva York: Oxford University Press. 1989
(85) Cely, G. El horizonte bioético de las ciencias. Bogotá: Colección Bioética, Universidad Javeriana. 2021

(86) Moro T. Utopía. (consultado el 20 de noviembre de 2023) disponible en http://wikisource.org/wiki/utop%C3%ADa.
(87) Convención Americana sobre Derechos Humanos. Pacto de San José. 1969. Costa rica.
(88) Organización Mundial de la Salud. Código de Bioética. Nueva York. 1998
(89) Kobal M, Kobal S. ¿Cómo se hace un trabajo académico? Taller de metodología y redacción académica. (consultado el 14 de octubre del 2023) Disponible en http://www.tallerderedaccion.com/materiales/manual-de-apoyo_raller-de redaccionacademica-methodos-koval_2015.pdf.
(90) Kübler- Ross E. Preguntas y respuestas a la muerte de un ser querido. Madrid: Ed. Martínez Roca. 2008.

TANATOLOGÍA

El camino de regreso a casa

una mirada integrativa

La obra explora la evolución ontoepistémica de la tanatología, transitando desde las prácticas ancestrales hasta la complejidad de la era posthumana. A través de seis "sonatas", propone una mirada integrativa y multidisciplinaria que rescata la dignidad humana y cuestiona el vacío curricular médico frente al proceso vida-muerte. Te invito a sumergirte en las páginas de este libro, que no solo teoriza sobre la muerte, sino que reivindica la vida a través de la comprensión de sus ausencias. Es una lectura esencial para profesionales de la salud, terapeutas y cualquier ser humano que desee transformar el asunto incómodo" del fallecimiento en un acto de acompañamiento consciente, experto y profundamente humano.

María Cristina González Moreno

Doctora en Salud Pública
Docente. UNIESAP-UC
https://orcid.org/0000-0002-8665-7745
mariacegonzalez60@gmail.com

Escriba
ESCUELA DE ESCRITORES